

Allgemeine Information zur Schwangerschaft

Liebe Patientin,

herzlichen Glückwunsch zu Ihrer Schwangerschaft !

Da das Erstgespräch nach Feststellung der Schwangerschaft viele Informationen beinhaltet möchte ich Ihnen dieses Schriftstück mitgeben. Es sind – aus unserer Sicht – wichtige Informationen und Verhaltensweisen aufgelistet.

Allgemeine Verhaltensweisen während der Schwangerschaft

- Bitte nicht Rauchen, kein Alkohol, auf Zahngesundheit achten (Parodontose)
- kein rohes Fleisch, kein roher Fisch (z.B. Salami, Mett-Brötchen etc., Sushi, Austern),
- Rohmilchkäse sowie zuckerreiche und fettreiche Produkte meiden
- Gemüse und Obst gründlich waschen, Fleisch gut durchgebraten
- Folsäure und Jod (z.B. Femibion 1+2, Orthomol natal oder ähnliche) täglich bis zum Ende der Schwangerschaft und in der Stillzeit.
- kein Sport, der eine Gefahr für Sie oder das ungeborene Kind darstellt (z.B. Karate, Boxen)
- bei notwendiger Medikamenteneinnahme bitte Rücksprache mit uns (Paracetamol ist unbedenklich)
- eine Gewichtszunahme von über 15 Kilogr wegen dem Risiko eines Schwangerschaftsdiabetes vermeiden!
- Buch-Tipp: „Mami-Buch“, Katja Kessler, Copenrath-Verlag (ca 26 Euro)

Untersuchungen bei Feststellung der Schwangerschaft

- Ultraschall mit Feststellung einer Schwangerschaft und Darstellung des Feten und Bestimmung der Scheitel-Steisslänge und Herzaktion
- Information über Praenataldiagnostik (u.a. Ersttrimesterscreening, Organscreening), NIPT, CMV und Toxoplasmose
- Blutabnahme mit
 - o Bestimmung der Blutgruppe (bei Erstschwangerschaft)
 - o Antikörper-Suchtest, Test auf Lues (Syphilis), Röteln-Titer-Bestimmung
 - o HIV-Test (kostenlos)
 - o TSH basal (Schilddrüsenwert)
 - o Test auf Toxoplasmose, Cytomegalie (CMV), Ringelröteln (Parvovirus B19) (Wahlleistungen)

Untersuchungen in der 22. bis 26. Schwangerschaftswoche

- o Zweiter Antikörpersuchtest
- o Differenzierter Ultraschall mit Ausschluss von Fehlbildungen
- o Test auf Schwangerschaftsdiabetes (50g OGTT)
- o Ab 25. Schwangerschaftswoche Tokogramm / CTG (Wehenaufzeichnung)
- o Ggf. Anti-D-Prophylaxe bei Rhesus-negativen Patientinnen (siehe Blutgruppe)

Untersuchungen um den Geburtstermin (36. bis 40. Schwangerschaftswoche)

- o Hepatitis-B-Test
- o CTG (Wehenaufzeichnung)
- o B-Streptokokken-Test (Wahlleistung)

Seit dem 1.7.2013 wurden die Mutterschaftsrichtlinien geändert. Es wird nun der Schwangerschaftsdiabetes-Test von den Kassen erstattet. Neben den 3 Basis-Ultraschalluntersuchungen, die die gesetzliche Krankenkasse erstattet, wird ein erweiterter Ultraschall in der 18. bis 22. Schwangerschaftswoche erstattet. Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit eine „Ultraschall-Flatrate“ zu buchen. Über die Kosten informieren wie Sie gerne oder fragen Sie unser Team.

Wir wünschen Ihnen für Ihre Schwangerschaft nur das Beste!

Information für schwangere Patientinnen

Praxis Dr. Behrus Salehin

Dr. med. Behrus Salehin Christina Honnefelder Stefanie Unger

Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Dünnerstrasse 201 41066 Mönchengladbach Tel: 02161-664101 www.dr-salehin.de

Information zur Cytomegalie (CMV)

Die Cytomegalie ist eine Infektionserkrankung, die durch das Cytomegalovirus (CMV) verursacht wird.

Die Infektion kann auf einer Vielzahl von Wegen erfolgen, denn das Cytomegalovirus wird von infizierten Menschen mit den Körperflüssigkeiten wie Speichel, Tränen, Muttermilch, Urin, Sperma oder Vaginalsekret ausgeschieden.

Eine Erstinfektion verläuft bei gesunden Erwachsenen in den meisten Fällen ohne oder nur mit geringen Krankheitssymptomen. Mögliche Anzeichen können Fieber, eine Schwellung der Lymphknoten, Kopf- und Gliederschmerzen sein. In seltenen Fällen kann es zu Flankenschmerzen und Abgeschlagenheit kommen.

Da die Cytomegalie-Infektion für Mutter und Kind meist ohne Symptome verläuft, wird sie oft nicht erkannt. Treten erst später beim Kind Symptome auf, ist ein Zusammenhang mit einer Infektion vor oder während der Schwangerschaft nicht mehr so offensichtlich.

Eine Infektion mit dem Cytomegalievirus ist für die Schwangere selbst ungefährlich, da ihr abwehrbereites Immunsystem gut mit dem Virus umgehen kann. Im Falle einer **Erstinfektion der Schwangeren bedeutet jedoch dasselbe Virus für das Ungeborene eine ernstzunehmende Gefahr**: Da sein unreifes Immunsystem noch keine Zeit hatte, sich im jahrelangen Umgang mit Erregern zu trainieren und zu stärken, kann das Virus bei ihm schwere Schäden (z.B. Hirnschädigungen) verursachen. Deshalb kommt der Vorbeugung und der Therapie der konnatalen Cytomegalie eine besondere Bedeutung zu.

Bei Bestehen einer Schwangerschaft oder bei Kinderwunsch sollten Frauen ihr individuelles Risikoprofil durch einen Antikörpertest bestimmen lassen, um im Falle einer Erstinfektion und damit einer möglichen Übertragung des Cytomegalovirus auf das ungeborene Kind vorbeugen zu können.

Die **Antikörper-Testung sollte bei Feststellung der Schwangerschaft erfolgen** und ist eine Wahlleistung. Sie kostet ca 40 Euro und wird von unserem Labor in Rechnung gestellt.

Weitere Informationen in unserer Praxis oder unter www.icon-cmv.de

Ich wünsche die Laboruntersuchung auf CMV (Cytomegalie-Virus)

Ja Nein

Bitte bringen Sie dieses Schreiben unterschrieben wieder mit in die Praxis.

Mönchengladbach, den _____

Name der Patientin _____ Unterschrift Patientin _____

Information für schwangere Patientinnen

Praxis Dr. Behrus Salehin

Dr. med. Behrus Salehin Christina Honnefelder Stefanie Unger Dr.med. Marion Wolter (WBA)

Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Dünnerstrasse 201 41066 Mönchengladbach Tel: 02161-664101 www.dr-salehin.de

Information über nicht invasive Pränatale Diagnostik Früher Fehlbildungsausschluss

Bei nicht-invasiven (= *nicht in den Körper der Schwangeren eindringenden*) Untersuchungen, wie einer Untersuchung mütterlichen Bluts und auch bei einer Ultraschalluntersuchung bestehen nach heutigem Wissensstand keine Risiken für das Ungeborene und seine Mutter. Diese Untersuchungen treffen eine Aussage über das Risiko einer chromosomalen Störung (Trisomie 21, 18 und 13), zudem werden über 80% aller Herzfehler schon in frühen Schwangerschaftswochen erkannt.

Man unterscheidet:

Ersttrimesterscreening (ETS)

Dabei wird mittels hoch auflösendem Ultraschall die fetale Nackentransparenz, Nasenbein und weitere markante Bereiche ausgemessen sowie zwei biochemische Laborwerte aus dem mütterlichen Blut (PAPP-A und freies β -hCG) analysiert. Das ETS mit Laborwerten haben eine Aussagekraft von ca. 95%. (die alleinige Analyse der Laborwerte alleine hat eine Aussagekraft von nur 60%).

Die Ultraschall-Untersuchung dauert ca. 30 min., die Kosten in Höhe von 125 Euro + Laborkosten von 52,47 Euro werden von den gesetzlichen Krankenkassen nicht erstattet.

Privatpatientinnen erhalten eine gesonderte Rechnung und können diese Rechnung zur Erstattung einreichen.

Bitte cremen Sie Ihren Bauch zwei Tage vor der Ultraschalluntersuchung nicht ein.

Harmony-Test (Ariosa) oder Praenatest (lifeCodex)

Dieser Test ist ein nicht-invasiver pränataler Screening-Test (NIPT) der direkt fetale DNA im mütterlichen Blut analysiert und Aussagen zum Risiko von möglichen chromosomalen Störungen (z.B. Trisomie 21 – Mongolismus) des Feten macht. Die Untersuchung kostet derzeit ca 400 Euro. Das Testergebnis erhalten Sie nach ca. 17 Tagen und hat eine Aussagekraft und Genauigkeit (Sensitivität) von über 99%.

Weitere Infos unter: www.labor-enders.de/harmony.html

Diese Untersuchungen können in unserer Praxis durchgeführt werden.

Bitte vereinbaren Sie dafür einen Termin bei:

Frau Christina Honnefelder

Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Praenataldiagnostik (Degum II)

In dieser Praxis: Tel: 02161-664101 oder unter honnefelder@dr-salehin.de

Wir wünschen Ihnen für Ihre Schwangerschaft alles Gute

Information für schwangere Patientinnen

Praxis Dr. Behrus Salehin

Dr. med. Behrus Salehin Christina Honnefelder Stefanie Unger Dr.med. Marion Wolter (WBA)

Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Dünnerstrasse 201 41066 Mönchengladbach Tel: 02161-664101 www.dr-salehin.de

Information zum Schwangerschaftsdiabetes-Test - 50g OGTT

(OGTT = oraler Glucose-Toleranz-Test) in der 24. – 28. Schwangerschaftswoche.

Die Kosten des Tests übernehmen die Krankenkassen.

Wie wird ein Zucker-Belastungstest durchgeführt?

Der Test wird morgens durchgeführt. Sie brauchen nicht nüchtern sein. Sie erhalten eine glukosehaltige Lösung (50 Gramm Traubenzucker, gelöst in 250-300 ml Wasser). Eine Stunde nach dem Trinken der Testlösung wird Ihnen erneut Blut abgenommen. Sollte der gemessene Wert unauffällig sein, besteht kein Schwangerschaftsdiabetes. Sollte der gemessene Wert jedoch auffällig sein, so erfolgt ein weiterer Test.

Risikofaktoren für die Entstehung eines Gestationsdiabetes

Übergewicht (BMI >30), PCOS (polyzystisches Ovar-Syndrom), Zustand nach Aborten, Gestationsdiabetes in vorheriger Schwangerschaft, >4000g Kind bei Geburt

Was ist ein Gestationsdiabetes?

Eine Zuckerkrankheit, die erstmals in der Schwangerschaft festgestellt wird, wird Gestationsdiabetes genannt. Etwa jede 7. Schwangere in Deutschland leidet an einem Gestationsdiabetes. Die Häufigkeit einen Typ 2 Diabetes (früher auch „Altersdiabetes“ genannt) nach der Schwangerschaft zu entwickeln ist bei Patientinnen nach Gestationsdiabetes erhöht.

Welche Risiken hat der Gestationsdiabetes?

Wenn ein Gestationsdiabetes unerkannt bleibt und nicht behandelt wird, entstehen Risiken für das ungeborene Kind und die Mutter. Das Kind kann u.a. überdurchschnittlich groß und schwer werden. Nach der Geburt können Atemnot mit Anpassungsstörungen und Unterzuckerung auftreten. Bei der Mutter besteht u.a. die erhöhte Gefahr für schwangerschaftsbedingte Krankheiten (Preeklampsien), Harnwegsinfekte, Eiweißverlust über den Urin und Bluthochdruck bis hin zu Krampfanfällen. Frauen mit Gestationsdiabetes und deren Kinder haben ferner ein erhöhtes Risiko, im späteren Leben einen Typ2 Diabetes zu entwickeln.

Wie wird ein Gestationsdiabetes behandelt?

Bei leichten Blutzuckererhöhungen ist im Allgemeinen eine Ernährungsumstellung ausreichend. Bei stärkeren Blutzuckererhöhungen kann (meist vorübergehend) die Gabe von Insulin erforderlich sein. Tabletten zur Diabetesbehandlung dürfen in der Schwangerschaft nicht eingesetzt werden. Sollte bei Ihnen ein Gestationsdiabetes vorliegen, werden wir zur Mitbehandlung an einen Diabetologen (d.h. einen Arzt, der auf die Behandlung des Diabetes spezialisiert ist) überweisen.

Mutterschaftsvorsorge in Kooperation mit Hebammenpraxis *Bäuchlings* (Liebfrauenstrasse 4, MG-Neuwerk)

In Kooperation mit der Hebammen-Praxisgemeinschaft *Bäuchlings* möchten wir Ihnen eine besondere Art der Mutterschaftsvorsorge im Wechsel mit einer Hebamme anbieten, neben der üblichen Schwangerenvorsorge und Erhebung aller medizinischer Befunde. :

Ihre Vorteile

- Die Hebammen nehmen sich viel Zeit für eine individuelle persönliche Beratung und Hilfeleistung, und geben Ihnen Tipps bei typischen Schwangerschaftsbeschwerden, wie z. B. Übelkeit, Sodbrennen, Rückenproblemen etc.
- Im Gespräch werden Sie über Ernährung, Sport, und anderes beraten. Selbstverständlich haben Sie ausreichend Möglichkeit - in einer ausgesprochen ruhigen und ansprechenden Atmosphäre - über Wünsche, Ängste und Erfahrungen (vorausgegangener Geburten) zu sprechen und sich mit einer Hebamme auszutauschen.
- Zusätzlich können Sie das Kursangebot mit Geburtsvorbereitungskursen, Joga in der Schwangerschaft etc. in Anspruch nehmen.
- Sie haben Vorzüge bei der Wahl einer Nachsorge-Hebamme.

Die Kosten

Ihnen entstehen keine Kosten - es handelt sich um eine Leistung der Krankenkasse.

Einverständniserklärung

Hiermit willige ich in eine wechselnde Mutterschaftsvorsorge mit der Hebammen-Praxisgemeinschaft *Bäuchlings* ein und stimme einem Datenaustausch meiner Kontaktdaten und Untersuchungsergebnissen zwischen beiden Praxen zu. Mein Recht auf Widerruf dieser Erklärung ist mir bewusst.

Eine Hebamme meldet sich in den nächsten Tagen telefonisch bei Ihnen um einen Termin abzustimmen.

Mönchengladbach, den _____

Name der Patientin _____ Unterschrift Patientin _____

Mobiltelefonnummer: _____

Checkliste für Behördengänge und Anträge

| Was? | Wann? | Wo? | Womit? |
|---|---|--|--|
| Mutterschaftsgeld beantragen | 7 Wochen vor der Geburt | Krankenkasse | Bescheinigung der Frauenarztpraxis |
| Beginn Mutterschutzfrist | 6 Wochen vor der Geburt | | |
| Elternzeit beantragen | Spätestens 7 Wochen vor geplantem Beginn der Elternzeit bzw. 7 Wochen nach Entbindung | Arbeitgeber der Antragstellerin/ des Antragstellers | Der Antrag muss schriftlich sein und die Angabe über die Dauer der Elternzeit beinhalten. |
| Vaterschaft anerkennen | vor oder nach der Geburt möglich (Zustimmung der Mutter nötig) | örtlich zuständiges Standesamt oder Jugendamt | <ul style="list-style-type: none"> • Ausweise beider Elternteile • Geburtsurkunde oder Abstammungsurkunden beider Elternteile • Geburtsurkunde des Kindes |
| Geburtsurkunde | Innerhalb einer Woche nach der Geburt | Standesamt des Geburtsortes Hinweis: Oft kann das Kind direkt im Krankenhaus angemeldet werden. | <ul style="list-style-type: none"> • Geburtsbescheinigung der Klinik • Personalausweis oder Reisepass desjenigen, der die Geburt anmeldet • Heiratsurkunde oder beglaubigte Abschrift aus dem Familienstammbuch • Schriftliche Erklärung über die Bestimmung der/des Vornamen/s und des Familiennamens, wenn Sie keinen gemeinsamen Ehenamen führen <p>Wenn Sie nicht verheiratet sind, benötigen Sie zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Geburtsurkunde der Mutter • Vaterschaftsanerkennung, falls bereit vorhanden |
| Fortzahlung des Mutterschaftsgeldes beantragen | Unmittelbar nach der Geburt | Krankenkasse | Bescheinigung des Standesamtes |

| | | | |
|---|--|--|--|
| Krankenversicherung des Kindes anmelden | Unmittelbar nach der Geburt | Bei der Krankenkasse, bei der der berufstätige bzw. meistverdienende Elternteil versichert ist. | Zunächst könnten Sie die Krankenkasse telefonisch informieren. Als Nachweis benötigt die Krankenkasse die Geburtsurkunde. Für ihr Kind erhalten Sie eine eigene Versicherungskarte. |
| Einwohnermeldeamt <ul style="list-style-type: none"> • Kind anmelden • evtl. Kinder-Reisepass beantragen | so früh wie möglich nach der Geburt | Einwohnermeldeamt Ihres Wohnortes | <ul style="list-style-type: none"> • Personalausweis oder Pass eines Sorgeberechtigten • Geburtsurkunde des Kindes im Original • evtl. Urkunde über die Vaterschaftsanerkennung • Soll ein Kinderpass beantragt werden, wird außerdem ein Lichtbild des Kindes gemäß Anforderungen der neuen Bundesdruckerei benötigt. • Bei nur einem Erziehungsberechtigten wird zusätzlich ein Sorgerechnachweis benötigt |
| Elterngeld beantragen | Innerhalb der ersten drei Monate nach der Geburt des Kindes Hinweis: Elterngeld wird nur drei Monate rückwirkend gezahlt. | Elterngeldstelle Hinweis: Zuständig ist der Kreis bzw. die kreisfreie Stadt, in der Sie leben. | <ul style="list-style-type: none"> • von beiden Elternteilen unterschriebener Antrag auf Elterngeld Ausnahme: Ein Elternteil hat das alleinige Sorgerecht. • Geburtsbescheinigung des Kindes mit Verwendungszweck „Elterngeld“ oder „soziale Zwecke“ im Original • Bescheinigung der Krankenkasse über Mutterschaftsgeldzahlung • Bescheinigung des Arbeitgebers über Zahlung eines Zuschusses zum Mutterschaftsgeld nach der Entbindung • Einkommenserklärung und Lohn- und Gehaltsbescheinigungen für die letzten 12 Monate vor der Geburt |
| Kindergeld beantragen | Spätestens bis zum vierten Lebensjahr des Kindes | Familienkasse der örtlichen zuständigen Agentur für Arbeit Ausnahme: Beschäftigte des öffentlichen Dienstes beantragen das Kindergeld bei der Personalstelle des Dienstherrn. | <ul style="list-style-type: none"> • Antrag auf Kindergeld • Geburtsurkunde bzw. Geburtsbescheinigung des Kindes im Original |

Checkliste zur Geburt

Was gehört in den Klinikofffer

- Rutschfeste Schuhe oder Hausschuhe
- warme Socken
- ein langes, kochfestes T-Shirt aus Baumwolle
- Strickjacke (zum Wärmen nach der Entbindung)
- fürs Wochenbett: Bademantel und zwei weite, bequeme Hosen
- ein bis zwei bequeme Nachthemden, Schlafanzugjacken oder weite T-Shirts,
- Still-BHs (die sich vorn zum Stillen öffnen lassen) und Stilleinlagen
- kochfeste Baumwollunterhosen
- ein paar Kleidungsstücke für die Heimfahrt
- ein Fotoapparat
- Zeitungen, ein Buch, Bonbons oder Kaugummi

Das brauchen Sie fürs Baby zur Klinikentlassung

- je ein Body in Größe 50 & 56
- je ein Jäckchen in Größe 50 & 56
- je ein Strampler Größe 50 & 56
- Mützchen, Socken
- ggf Schneeanzug
- Babydecke
- Baby-Sicherheitsschale (z.B. Maxi-Cosi) mit Sitzverkleinerung für Neugeborene

Diese Papiere nicht vergessen

- Mutterpass
- Personalausweis / Pass
- Heiratsurkunde - bei unverheirateten Paaren eine Geburtsurkunde
- Familienstammbuch
- Krankenkassen-Versicherungskarte

Raum für eigene Notizen

Hebammen

Hebammen-Praxisgemeinschaft

Bäuchlings

Liebfrauenstrasse 42

41066 Mönchengladbach (Neuwerk)

www.baeuchlings.de

Nabelschnurblutspende

Jose-Carreras-
Stammzellbank

kostenlos

bitte bei der Entbindungsklinik Ihrer Wahl anmelden

weitere Infos unter www.stammzellbank.de

Vita 34

kostenpflichtig

Anmeldung und weitere Infos unter www.vita34.de

Eticur

kostenpflichtig

Anmeldung und weitere Infos unter www.eticur.de

Seracell

kostenpflichtig

Anmeldung und weitere Infos unter www.seracell.de

Kinderärzte mit denen eine gute Zusammenarbeit besteht.

Roland Schwarz

Dünnerstrasse 207

41066 Mönchengladbach (Neuwerk)

Tel: 02161-663276

www.kinderarzt-schwarz.de

Dr. Dr. Kurt Welters

Moosheide 113

41068 Mönchengladbach (Venn)

Tel: 02161-8499500

www.kinderaerzteimnetz.de/aerzte/arzt_3474

Information für schwangere Patientinnen

Praxis Dr. Behrus Salehin

Dr. med. Behrus Salehin Christina Honnefelder Stefanie Unger Dr. med. Marion Wolter (WBA)

Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Dünnerstrasse 201 41066 Mönchengladbach Tel: 02161-664101 www.dr-salehin.de