

## Gefährdete Schwangerschaft – Hilfe durch ganzheitliche Therapie

---

Der Zusammenhang zwischen mütterlicher Gesundheit und Gesundheit des Kindes wird bei schwangeren Frauen besonders deutlich. Selbst wenn eine Schwangerschaft ohne Komplikationen verläuft, bedeutet sie oft eine krisenhafte Veränderung der gesamten Familiensituation, die zur gesundheitlichen Belastung werden kann und einen Anspruch auf fachliche Hilfen begründet. Dies gilt um so mehr, wenn eine Schwangerschaft unter Störungen oder Gefährdungen zu leiden hat.

Zum Beispiel konnten in den letzten Jahren die Überlebenschancen Frühgeborener zwar deutlich verbessert werden und die Sterblichkeit während der Geburt hat ständig abgenommen. Jedoch steigt trotz aller Vorsorgemaßnahmen die Häufigkeit von frühgeborenen Kindern. Als Ursachen dafür werden das steigende Alter der Schwangeren, Mehrlingsschwangerschaften nach künstlicher Befruchtung, aber auch Rauchen, falsche Ernährung und Stress diskutiert. Die erhärteten Risikofaktoren (schwierige Lebensumstände, Vorerkrankungen, geburtshilflich-gynäkologische Befunde), unter denen übrigens eine Häufung psychosozialer Faktoren auffällt, weisen den Weg in eine erweiterte Form der Vorsorge. Auch Frauen in der Rekonvaleszenzphase nach Erkrankungen in der Frühschwangerschaft brauchen Unterstützung. Deshalb bieten wir Reha für Schwangere (ggf. mit ihren Kindern) als Beitrag zu einer umfassenden Gesundheitsvorsorge an.

### Diagnostik

---

Durch eine ausführliche Anamnese werden die individuellen Risikofaktoren erfasst. Dabei gilt unsere Aufmerksamkeit neben einer eventuellen Störung der Körperfunktionen und -strukturen besonders auch einer Beeinträchtigung der Aktivitäten und der gesellschaftlichen Teilhabe. Außerdem werden ausgewählte Laborparameter überprüft, sonographische und kardiokographische Untersuchungen sowie die Bestimmung des Pelvic Scores (Bestimmung der Geburtsreife des Muttermundes) durchgeführt. Gegebenenfalls wird im letzten Schwangerschaftsdrittel auch ein biophysikalisches Profil (der sogenannte BPP-Test zur Kontrolle des Babys) erstellt. Zudem wird Infektionsdiagnostik im Sinne der Frühgeburts-Prävention durchgeführt.

### Therapie

---

Um die Lebensperspektiven der werdenden Mütter wie der Ungeborenen zu verbessern, wird indikationsgerecht ein individueller Therapieplan erstellt, laufend überprüft und fortgeschrieben. Therapeutische Elemente sind dabei u.a.:

- medizinische, auch medikamentöse Therapie (z.B. bei Anämie, Kontraktionsneigung, Hypertonus)
- Entlastung (z.B. durch Kinderbetreuung), Schonung (z.B. durch den Milieu-Wechsel), Ruhe
- Physiotherapie (Einzelgymnastik, physikalische Therapie wie z.B. Kneipp Therapie) und Bewegungstherapie (z.B. Schwimmen, Gymnastik)
- Ernährungsberatung
- Beratung zur Veränderung von problematischen Lebensgewohnheiten (z.B.

- Rauchen, Genussmittelabusus, Strukturierung des Tagesablaufes)
- psychotherapeutische Einzelberatung (z.B. nach traumatisch erlebten Geburten)
  - familientherapeutische Beratung (z.B. Übergang zur Elternschaft)
  - themenzentrierte Gesprächskreise (z.B. Angstabbau, Stressbewältigung; Geburtsvorbereitung; zu erwartende Probleme zwischen Geschwistern und Neugeborenem; finanzielle Hilfe vor und nach der Geburt)
  - Einübung von Entspannungsverfahren (z.B. Yoga für Schwangere, Progressive Muskelrelaxation)
  - Kreativangebote

**Kontakt:**

Kur + Reha GmbH

Eggstraße 8

79117 Freiburg

Beratungsteam 0800 2 23 23 73

Firmentelefon 0761 / 4 53 90 - 0

E-Mail [info@kur.org](mailto:info@kur.org)