



jetzt fühle ich mich sicher

Gefährdete Schwangerschaft –
Hilfe durch ganzheitliche Therapie

Gefährdete Schwangerschaft – ein Konzept für 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 umso mehr, wenn eine Schwangerschaft unter Störungen oder Gefährdungen zu leiden hat.

In den letzten Jahren konnten die Überlebenschancen Frühgeborener zwar deutlich verbessert werden und die Sterblichkeit

ten wir Mutter-Kind-Maßnahmen für Schwangere als Beitrag zu einer umfassenden Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation 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.

Vorsorgemaßnahmen erfreuen sich reger Nachfrage – und trotzdem steigt die Zahl von Frühgeburten. Denn die werdenden Mütter sind vielen Risiken ausgesetzt.

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 Risikofaktoren wie 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 bie-

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)

Indikationen für die Mutter-Kind-Reha gefährdete Schwangerschaft

Frauen aus den folgenden Risikogruppen können wir gezielt helfen:

- Schwangere mit Erschöpfungssyndrom
- Frauen mit leichten bis mittelschweren Gestosen
- Alleinerziehende ohne stabile Partnerbeziehung
- Frauen mit ungenügender Gewichtszunahme in der Schwangerschaft
- Adipöse Schwangere
- Mehr- bzw. Vielgebärende
- Frauen mit einer anamnestischen geburtshilflichen Belastung (Fehlgeburt, untergewichtige Kinder, Totgeburten)
- Frauen mit nicht bewältigtem Schwangerschaftskonflikt

Therapieplan einer Patientin für die 2. Woche.

Für jede Patientin wird ein eigener, individuell auf sie zugeschnittener Plan erstellt.

Montag	
	Frühsport Kneippanwendungen
Frühstück	
	Gesprächskreis Zeitmanagement
	Zwischenuntersuchung, Sonografie
	Schwangerengymnastik
Mittagessen	
	Mittagsruhe oder Mu
	Progressive Muskelentspannung
	Schwangerenschwimmen
Abendessen	



- Entlastung (z.B. durch Kinderbetreuung), Schonung (z.B. durch den Milieu-Wechsel), Ruhe
- Physiotherapie (Einzelgymnastik, physikalische Therapie wie z.B. Kneipp-Anwendungen) und Bewegungstherapie (z.B. Schwimmen, Gymnastik)
- Ernährungsberatung
- Beratung zur Veränderung von problematischen Lebensgewohnheiten (z.B. Rauchen, Genussmittelabusus, Strukturierung des Tagesablaufes)

Ein individuell zusammengestellter Therapieplan hilft, die Lebensperspektiven der Schwangeren und ihrer Kinder deutlich zu verbessern.

- psychotherapeutische Einzelberatung für Rehapatienten (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)
- viele Kreativangebote für Mutter und Kind

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
----------	----------	------------	---------	---------

n Güsse

Gesprächskreis Hebamme	Kardio-tokogramm	Blutdruck-kontrolle	Gesprächskreis Stressbewältigung	Bewegung Mutter-Kind
Yoga für Schwangere	Schwangeren-gymnastik	Prozessorientierte Gruppe		
	medizinisches Bad		Kneippanwendung	

ttter-Kind-Kreativangebote

Gesprächskreis Geschwister		Progressive Muskelentspannung	familientherapeutische Beratung	
Ernährungsberatung	Bewegung für Mutter und Kind	Schwangeren-schwimmen	Mutter-Kind-Schwimmen	

Wechselwirkungen und Negativkreisläufe

Zwischen den psychosozialen und somatischen Beschwerden der Kinder und denen der Mütter kommt es zu Wechselwirkungen, die für beide Seiten die gesundheitliche Belastung noch größer machen. Nicht selten führt dieser Wirk-Zusammenhang zu einer nachhaltigen Störung der Mutter-Kind-Interaktion, zur Destabilisierung eines ganzen Familiensystems.

Noch immer setzt eine primär individuelle Sicht von Krankheit therapeutisch zu oft beim Symptom-Träger an, statt den "Patienten Familie" in den Blick zu nehmen. Die Mutter-Kind-Maßnahme in der Rehaklinik Waldfrieden sucht dies zu leisten; sie ist der erste Schritt zur Wiederherstellung der Gesundheit und eine wichtige Wende hin zu einem gesünderen Lebensstil.

Dementsprechend berücksichtigen unsere medizinischen Konzepte die sozialen, psychischen und somatischen Faktoren gesundheitlicher Beschwerden und ihre wechselseitige Beeinflussung unter individueller und systemischer Perspektive.

Deshalb werden Mutter und Kind(er) in der Rehaklinik Waldfrieden gemeinsam aufgenommen und von einem interdisziplinären Team kompetenter Fachleute umfassend therapiert. Dabei wird neben den klassischen somatischen Therapieansätzen den Frauen die Möglichkeit geboten, die speziellen Belastungen im Alltag und den individuellen Umgang damit zu thematisieren. So können sie den Zusammenhang zwischen bio-psycho-sozialen Belastungen und körperlichen Symptomen erkennen und eventuelle Einstellungs- und Verhaltensänderungen entwickeln.

Indikationsgerechte Therapie in der Rehaklinik Waldfrieden

Frischer Schwung für den Patienten Familie: in einer Mutter-Kind-Kur finden Sie qualifizierte Hilfe bei gesundheitlichen Problemen, Ruhe, neue Kraft und Perspektiven für die Zukunft. Die Rehaklinik Waldfrieden ist bestens auf Sie eingestellt.

Die Klinik liegt idyllisch auf einem herrlichen Seegrundstück am Buckow-See, in der Ortsmitte von Buckow. Dort, im Naturpark Märkische Schweiz mit seinen vielen Seen und Wäldern (ca. 50 km östlich von Berlin), finden Sie Ruhe und Entspannung in einer einzigartigen Landschaft.

Die Klinik ist geprägt von einer ganz besonderen Atmosphäre. Die Mischung aus historischen und neuen, modernen Gebäuden und der familiäre Charakter des Hauses ist die Grundlage für optimale Therapiebedingungen.



Die Rehaklinik Waldfrieden ist eine Klinik der **Kur + Reha GmbH** des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Baden-Württemberg. Unsere Rehakliniken für Mütter, Väter und Kinder sind anerkannte Einrichtungen des Müttergenesungswerkes:

Mutter + Kind:

- Rehaklinik Waldfrieden/Buckow – Märkische Schweiz

Mutter - Vater - Kind:

- Rehaklinik Feldberg/Feldberg – Schwarzwald
- Mutter-Kind-Klinik Saarwald/Nohfelden – Hunsrück
- Rehaklinik Schwabenland/Dürmentingen – Oberschwaben
- Rehaklinik Zorge/Zorge – Harz
- Rehaklinik Borkum/Borkum – Nordsee

Familien, Jugendliche und Erwachsene:

- Rehaklinik Kandertal/Malsburg-Marzell – Schwarzwald

Psychosomatik und Abhängigkeitserkrankungen:

- Rehaklinik Birkenbuck/Malsburg-Marzell – Schwarzwald
- Rehaklinik Kandertal/Malsburg-Marzell – Schwarzwald
- Thure von Uexküll-Klinik/Glottertal – Schwarzwald

Informationen schicken wir Ihnen gerne zu. Einfach anrufen:

Telefon 0800 2 23 23 73

Unter dieser Service-Nummer übernehmen wir auch gerne die kostenlose Abwicklung aller Formalitäten für die Einleitung eines stationären Aufenthalts – Montag bis Freitag von 8 - 19 Uhr.

Infos auch unter www.kur.org

Rehaklinik
Waldfrieden
für Mutter + Kind

Werderstraße 36/37
15377 Buckow

Telefon 03 34 33/65 -0
Telefax 03 34 33/65 213
e-Mail: Klinik.Waldfrieden@kur.org

Träger:

Kur + Reha^{GmbH}
des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes BW



Zertifiziertes Qualitätsmanagement für Rehakliniken nach §20 Abs.2a SGB IX