

Dr. med. Hubert Meier

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Naturheilverfahren
Schwerpunktpraxis für Ultraschall-Diagnostik DEGUM II

Brucknerallee 87
41236 MG - Rheydt

Informationsgespräch am Beginn der Schwangerschaft

Sehr geehrte, liebe Frau Dr. Kasse Baron Test!

Herzlichen Glückwunsch! Bei Ihnen wurde eine Schwangerschaft festgestellt. Weil ich Ihnen am Beginn der Schwangerschaft sehr viele Informationen geben muss, habe ich ein Merkblatt zusammengestellt, das Sie zu Hause nochmals nachlesen können.

Folsäure + Jod: sollten alle Schwangeren einnehmen zur Vorbeugung gegen Kropf und offenen Rücken d.h. Folio weiter nehmen oder Femibion 800 anfangen

Alkohol und Zigaretten: sollten Sie während der gesamten Schwangerschaft meiden. Hören Sie auf, zu rauchen; es gibt **keine!!!** Entzugserscheinungen beim Kind. (Akupunktur hilft Ihnen aufzuhören!!)

Ernährung: kein **rohes** Fleisch / kein roher Fisch / keine rohen Eier, kein Rohmilchkäse, wenig Zucker, Gewichtszunahme während gesamter Schwangerschaft ca. 12- 14 kg empfohlen.

Toxoplasmose-Test: bei allen Schwangeren empfohlen (Kosten ca. 34 €); bei Infektionsverdacht Kassenleistung! (Katzenkot, rohes Fleisch, Erde meiden)

pH-Messung: Bakterielle Infektionen des Muttermundes können eine Frühgeburt verursachen. In einer gesunden Scheide leben Milchsäurebakterien, die verhindern, dass sich dort andere Keime festsetzen können. Die Zahl der schützenden Milchsäurebakterien lässt sich durch einfache Messung des pH-Wertes in der Scheide kontrollieren. Solange der **pH-Wert unter 4,7** liegt, besteht keine Gefahr für eine Frühgeburt. Bei pH-Werten über 4,7 sollten Sie sich in der Praxis melden. Einige Kassen (KKH, BEK, TKK, BKK) geben kostenlos Handschuhe mit pH-Messfeld an Schwangere ab.

AFP-Screening: In der 15.-17. SSW kann ein zusätzlicher Blut-Test bei der Mutter zum sicheren Ausschluss eines offenen Rückens (sog. Spina bifida) durchgeführt werden, sinnvoll besonders bei Übergewicht (Risiko höher, Ultraschall schwieriger), Epilepsie, Schilddrüse! (Kosten: € 7, Labor € 17)

Blutzuckerbelastungstest (OGTT): hoher Blutzucker ist der häufigste Grund für späte Fehlgeburten, weil der Mutterkuchen vorzeitig stark verkalkt. Ein Blutzuckerbelastungstest wird allen Schwangeren empfohlen in der 24. - 28. SSW. (€ 15,-)

Bei bestimmten Voraussetzungen (Typ-I-Diabetes in der Familie, vorheriges Kind >4500g, Diabetes in vorheriger Schwangerschaft) ist der Test Kassenleistung.

pränatale Diagnostik: für die Schwangere nicht verpflichtend!

Bitte **vorher über evtl. Konsequenzen nachdenken!!** Bei leerer Familiengeschichte nur Suche nach Trisomie 21 (= Down-Syndrom / Mongolismus) relevant; wird mit zunehmendem Alter der Mutter häufiger. Die Erkrankung ist nicht heilbar; pränatale Erkennung hat keine therapeutischen Konsequenzen außer ggf. Schwangerschaftsabbruch (Begründung dann über mütterliche Belastung!)

- **Messung von Nackenfalte und Nasenknochen:** Eine Risiko-Berechnung für Trisomie 21 ist durch eine Ultraschall + Blutuntersuchung bei der Mutter möglich. Vorteil: keinerlei Gefährdung des Kindes, Nachteil: es werden nur 90% der erkrankten Kinder entdeckt (Kosten: € 135, GOÄ-Ziffer A1006 zum einfachen Satz, Ziffern 3-250 zum Regelsatz, + ca. € 50 Rechnung vom Labor)
- **Fruchtwasserentnahme (Amniocentese)** (Kassenleistung ab 35J.) zur Untersuchung der kindlichen Erbanlagen (Chromosomen) Vorteil: genaue Diagnose, Nachteil: längere Wartezeit bis Befund vorliegt (ca. 10 Tage); Risiko der Fehlgeburt ca. 0,5%
- zur Beschleunigung des Befundes nach Amniocentese ist ein sog. PCR Test möglich (Ergebnis nach 1 Tag statt 2-3 Wochen, Laborkosten € 65)
- weitere Informationen finden Sie auf unserer homepage: **www.doktor-meier.de**

Ultraschall: Wir haben als einzige Praxis in Mönchengladbach eine sog. **DEGUM II** Anerkennung, die uns berechtigt, Schwangere auf Überweisung anderer Ärzte zu untersuchen. Wir untersuchen Sie mit einem **3D-Ultraschall**-Gerät der Spitzenklasse. Wir machen drei eingehende Untersuchungen entsprechend den Mutterschaftsrichtlinien in der 11., 21. und ca. 30. Woche, sowie alle weiteren medizinisch notwendigen Untersuchungen kostenlos.

- Die Ultraschall-Untersuchung in der 21. Woche ist der sog. große Ultraschall. Sie ist zur Abklärung von auffälligen Befunden / zum Ausschluss familiärer Erkrankungen Kassenleistung.
- **3D-Ultraschall** zur Darstellung des Gesichts und der Arme und Beine im bewegten Live-Bild bieten wir Ihnen gerne als Privatleistung an: 20 Minuten **mit DVD zum Mitnehmen**: € 100,- Die beste Zeit hierfür ist die 15.-20. Woche (Darstellung des ganzen Kindes mit Armen und Beinen) und um die 25. Woche (Darstellung von Gesicht und Händen)

Die Untersuchungen in der Schwangerschaft im zeitlichen Ablauf:

- 6.-8.Woche: Erstuntersuchung mit Ultraschall und Blut-/Abstrichentnahme, Mutterpass
- 11.Woche: Ultraschall: Größe, Arme, Beine,
- 13.Woche: **ggf. Nackenfalte+Nasenbein-Messung**
- 15.Woche: Termin bei Hebamme, **ggf. 3D-Ultraschall auf Wunsch**, ggf. AFP
- 19.Woche: Termin bei Hebamme, **ggf. 3D-Ultraschall auf Wunsch**
- 22.Woche: großer Ultraschall: alle Organe, Gesicht, Hände, Füße, Herz (3D-Bild gratis)
- 26.Woche: Termin bei Hebamme, Zuckertest
- 30.Woche: Ultraschall: Wachstum, ggf. Blutversorgung
- ab dann Termin alle 2 Wochen,

Hebammenbetreuung:

Wir bieten Ihnen eine individuelle, ganzheitliche Betreuung durch die Einbeziehung der Hebammensprechstunde in die Schwangerenvorsorge.

Craniosakrale Therapie: Eine sanfte Technik zur Entspannung der Wirbelsäule. Zur Behandlung von Rückenschmerzen, Ischiasbeschwerden, Kopfschmerzen, vorzeitigen Wehen und vielen anderen Problemen in der Schwangerschaft.

Akupunktur: Zur Erleichterung der Geburt, ab 36. Woche 1x/Woche, Kosten 10,-€ /Sitzung

Geburtsvorbereitung:

- als Paarkurs in der Praxis. Mo abends, Kosten werden von der Kasse übernommen.
- **schwanger und fit:** Sie können sich unter fachlich qualifizierter Anleitung während der gesamten Schwangerschaft sportlich betätigen. Der Kurs wird geleitet von meiner Frau, sie ist Hebamme und staatl. anerkannte Trainerin für Schwangeren-Sport. (Mo vormittags, Dienstag abends) Kosten werden abgerechnet über Kasse (als Geburtsvorbereitung) oder 10er Karte.

und nach der Entbindung:

- **Rückbildungsgymnastik:** Beginn ca. 2 - 3 Monate nach Entbindung (nicht früher!), Anmeldung und Kurs in der Praxis; die Kosten werden von Ihrer Krankenkasse übernommen.
- **fit for family:** auch nach Schwangerschaft und Rückbildungsgymnastik ist ein frauenspezifisches, beckenbodenschonendes Sportprogramm für Ihre Gesundheit wichtig. Zusammen mit Bekannten aus Schwangerschaft und Rückbildung trainieren Sie, während Ihre Kinder betreut werden. (aktuelle Termine in der Praxis)

Wir wünschen Ihnen für den weiteren Verlauf alles Gute!

Ihr Praxisteam Dr. Meier

Einkaufsliste für die Apotheke:

- **Folio oder Femibion 800 Tabletten, täglich 1x1 Tbl.**
- **pH-Teststreifen, Fa. Macherey-Nagel Messbereich 3,6 – 6,1 (der Messbereich ist wichtig!!) oder Careplan VpH Handschuhe mit pH Testfeld (viel teurer!!!!!!)**