

Inhalt

1	Einführung.....	9
	<i>Kirstin Bütke</i>	
1.1	Was ist Evidenzbasierte Betreuung, Pflege, Hebammenarbeit und Medizin?	10
1.1.1	Definitionen und Begriffe.....	10
1.1.2	Vorgehen	13
1.2	Evidenz dieses Buches	14
2	Embryonale und fetale Entwicklung	15
	<i>Cornelia Schwenger-Fink</i>	
2.1	Entwicklungsstadien von der Konzeption bis zur Geburt.....	15
3	Schwangerenvorsorge	20
3.1	Alter.....	22
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.2	Gravidität und Parität	25
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.3	Schwangerschaftsnachweis und Terminbestimmung	27
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.4	Schwangerschaftsdauer.....	29
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.5	Einling und Mehrlinge.....	30
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.6	Serologische Untersuchungen	33
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.6.1	Blutgruppe und Rhesusfaktor	33
3.6.2	Nachweis von Immunschutz oder Infektionskrankheiten	36
3.6.3	Blutentnahme.....	40
	<i>Antje Krone</i>	
3.6.4	I. m.-Injektionen	42
	<i>Antje Krone</i>	
3.7	Fundushöhe	46
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.7.1	Fundusstand zu niedrig	51
3.7.2	Fundusstand zu hoch.....	53
3.8	Hebammenhandgriffe.....	54
	<i>Kirstin Bütke</i>	

3.8.1	Leopold-Handgriffe.....	54
3.8.2	Beckenmaße und Michaelis-Raute	57
3.9	Uterusmotilität, Herztöne und Kindsbewegungen	60
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.10	Ödeme.....	64
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.11	Varizen.....	65
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.11.1	Thromboseprophylaxe	67
	<i>Antje Krone</i>	
3.11.2	S. c.-Injektionen	69
	<i>Antje Krone</i>	
3.12	Gewicht und Gewichtsentwicklung	72
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.12.1	Mütterliche Gewichtsentwicklung	72
3.12.2	Frauen mit Untergewicht	74
3.12.3	Frauen mit Übergewicht und Adipositas	77
3.13	Blutdruck und Herz-Kreislauf-System	83
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.13.1	Blutdruck.....	83
3.13.2	Hypertensive Erkrankungen in der Schwangerschaft.....	85
3.13.3	Pflege von Frauen mit hypertensiven Erkrankungen in der Schwangerschaft	88
3.13.4	Anämie und Hämoglobin.....	90
3.14	Niere, ableitendes Harnsystem und Urin.....	92
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.14.1	Asymptomatische Bakteriurie und Zystitis	95
3.15	Zervix.....	97
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.15.1	Vaginale Untersuchung.....	97
3.15.2	Frühgeburtsbestrebungen.....	100
3.15.3	Pflege von Frauen mit vorzeitiger Wehentätigkeit und Zervixinsuffizienz.....	103
3.16	Gestationsdiabetes	106
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.16.1	Blutzuckermessung von Kapillarblut	111
3.17	Fazit Schwangerenvorsorge.....	111
4	Beratungskompetenz	113
	<i>Cornelia Schwenger-Fink</i>	
4.1	Inklusionssensible Schwangerenbegleitung	113
4.2	Kommunikation und Beratungskompetenz	114
4.3	Vorbereitung auf die Mutter- und Elternrolle	118

5	Beratungsthemen	121
5.1	Protektiver Lebensstil und Umwelt	121
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.2	Ernährung.....	124
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.2.1	Makronährstoffe	124
5.2.2	Vitamine.....	130
5.2.3	Mikronährstoffe.....	134
5.2.4	Lebensmittelhygiene	138
5.2.5	Ernährung nach bariatrischer Operation.....	139
5.3	Zahn-, Haut- und Körperpflege	141
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.3.1	Zahnpflege	141
5.3.2	Haut- und Körperpflege.....	143
5.3.3	Hautirritationen und Erkrankungen.....	145
5.4	Bewegung und Sport	148
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.5	Teedrogen und Genussmittel	153
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.5.1	Teedrogen	153
5.5.2	Genussmittel	157
5.5.3	Rauchentwöhnung	158
5.5.4	Rauschmittel und Sucht.....	160
5.6	Arbeiten und Mutterschutzgesetz	164
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.7	Urlaub und Reisen.....	167
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.8	Haus- und Nutztiere.....	173
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.9	Grunderkrankungen und Schwangerschaft	176
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.9.1	AD(H)S.....	176
5.9.2	Tuberkulose	177
5.9.3	Rheumatische Erkrankungen	179
5.9.4	Zervixkarzinom	181
5.10	Vorbereitungen auf die Geburt	183
5.10.1	Geburtsvorbereitungskurs	183
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.10.2	Geburtsmodus	190
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.10.3	Geburtsort und Betreuungsform	194
	<i>Damaris Lahmann</i>	
5.10.4	Wehenvorbereitung.....	200
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.10.5	Dammvorbereitung	202
	<i>Kirstin Büthe</i>	

5.10.6	Verlängerte Schwangerschaftsdauer und Übertragung	205
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.11	Vorbereitungen auf das Wochenbett und Stillen	209
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.11.1	Vorbereitung auf das Wochenbett	209
5.11.2	Stillen	210
5.12	Fazit Schwangerenberatung	213
6	Schwangerschaftsbeschwerden	215
	<i>Kirstin Büthe</i>	
6.1	Beschwerden des Magen-Darm-Traktes	215
6.1.1	Ptyalismus gravidarum	215
6.1.2	Reflux	216
6.1.3	Nausea und Emesis	218
6.1.4	Obstipation	222
6.1.5	Hämorrhoidalleiden	224
6.2	Schmerzen	228
6.2.1	Pharmakologische Behandlung von Schmerzen in der Schwangerschaft	228
6.2.2	Rückenschmerzen	231
6.2.3	Symphysenlockerung	233
6.3	Leistungsabfall und Schlafstörungen	234
6.4	Descensus genitale und Harninkontinenz	238
6.4.1	Descensus genitale	238
6.4.2	Harninkontinenz	240
6.5	Karpaltunnelsyndrom	243
6.6	Fazit Schwangerschaftsbeschwerden	245
	Literatur	246
	Stichwortverzeichnis	295