

Inhalt

1	Einführung.....	9
	<i>Kirstin Bütke</i>	
1.1	Was ist Evidenzbasierte Betreuung, Pflege, Hebammenarbeit und Medizin?	10
1.1.1	Definitionen & Begriffe	10
1.1.2	Vorgehen	13
1.2	Evidenz dieses Buches	14
2	Embryologie & fetale Entwicklung.....	15
	<i>Cornelia Schwenger-Fink</i>	
3	Schwangerenvorsorge	20
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.1	Alter.....	22
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.2	Gravidität & Parität.....	24
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.3	Schwangerschaftsnachweis & Terminbestimmung.....	26
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.4	Schwangerschaftsdauer.....	28
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.5	Einling & Mehrlinge	29
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.6	Serologische Untersuchungen	32
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.6.1	Blutgruppe & Rhesusfaktor	32
3.6.2	Nachweis von Immunschutz oder Infektionskrankheiten	35
3.6.3	Blutentnahme.....	39
	<i>Antje Krone</i>	
3.6.4	I. m.-Injektionen	41
	<i>Antje Krone</i>	
3.7	Fundushöhe	44
3.7.1	Fundusstand zu niedrig	49
3.7.2	Fundusstand zu hoch.....	51
3.8	Hebammenhandgriffe.....	53
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.8.1	Leopold-Handgriffe	53

3.8.2	Beckenmaße & Michaelis-Raute	56
3.9	Uterusmotilität, Herztöne & Kindsbewegungen..... <i>Kirstin Bütke</i>	59
3.10	Ödeme..... <i>Kirstin Bütke</i>	63
3.11	Varizen..... <i>Kirstin Bütke</i>	64
3.11.1	Thromboseprophylaxe	66
	<i>Antje Krone</i>	
3.11.2	S. c.-Injektionen	68
	<i>Antje Krone</i>	
3.12	Gewicht & Gewichtsentwicklung..... <i>Kirstin Bütke</i>	71
3.12.1	Mütterliche Gewichtsentwicklung	71
3.12.2	Frauen mit Untergewicht.....	73
3.12.3	Frauen mit Übergewicht & Adipositas	76
3.13	Blutdruck & Herz-Kreislauf-System..... <i>Kirstin Bütke</i>	81
3.13.1	Blutdruck.....	81
3.13.2	Hypertensive Erkrankungen in der Schwangerschaft	83
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.13.3	Pflege von Frauen mit hypertensiven Erkrankungen in der Schwangerschaft.....	86
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.13.4	Anämie & Hämoglobin.....	88
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.14	Niere, ableitendes Harnsystem und Urin..... <i>Kirstin Bütke</i>	90
3.14.1	Asymptomatische Bakteriurie & Zystitis.....	93
3.15	Zervix.....	94
3.15.1	Vaginale Untersuchung.....	94
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.15.2	Frühgeburtsbestrebungen	98
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.15.3	Pflege von Frauen mit vorzeitiger Wehentätigkeit & Zervixinsuffizienz.....	101
3.16	Gestationsdiabetes	103
	<i>Kirstin Bütke</i>	
3.16.1	Blutzuckermessung von Kapillarblut	108
3.17	Fazit Schwangerenvorsorge.....	109
4	Beratungskompetenz	110
	<i>Cornelia Schwenger-Fink</i>	
4.1	Inklusionssensible Schwangerenbegleitung	110
4.2	Kommunikation und Beratungskompetenz	111
4.3	Vorbereitung auf die Mutter- und Elternrolle	114

5	Beratungsthemen	117
5.1	Protektiver Lebensstil & Umwelt.....	117
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.2	Ernährung.....	119
5.2.1	Makronährstoffe	119
5.2.2	Vitamine.....	125
5.2.3	Mikronährstoffe	129
5.2.4	Lebensmittelhygiene	133
5.2.5	Ernährung nach bariatrischer Operation.....	135
5.3	Zahn-, Haut- und Körperpflege	136
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.3.1	Zahnpflege	136
5.3.2	Haut- und Körperpflege.....	137
5.3.3	Hautirritationen & Erkrankungen.....	140
5.4	Bewegung & Sport	143
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.5	Teedrogen & Genussmittel	147
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.5.1	Teedrogen	147
5.5.2	Genussmittel.....	151
5.5.3	Rauchentwöhnung.....	152
5.5.4	Rauschmittel & Sucht.....	154
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.6	Arbeiten & Mutterschutzgesetz	158
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.7	Urlaub & Reisen	161
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.8	Haus- und Nutztiere.....	168
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.9	Grunderkrankungen und Schwangerschaft	171
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.9.1	AD(H)S.....	171
5.9.2	Tuberkulose	173
5.9.3	Rheumatische Erkrankungen	175
5.9.4	Zervixkarzinom.....	176
5.10	Vorbereitungen auf die Geburt	178
5.10.1	Geburtsvorbereitungskurs	178
	<i>Tara Franke</i>	
5.10.2	Geburtsmodus	186
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.10.3	Geburtsort und Betreuungsform	190
	<i>Karin Hillen</i>	
5.10.4	Wehenvorbereitung	193
	<i>Kirstin Bütthe</i>	
5.10.5	Dammvorbereitung	195
	<i>Karin Hillen</i>	

5.10.6	Verlängerte Schwangerschaftsdauer & Übertragung.....	199
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.11	Vorbereitungen auf das Wochenbett und Stillen.....	204
	<i>Kirstin Büthe</i>	
5.11.1	Vorbereitung auf das Wochenbett	204
5.11.2	Stillen.....	205
5.12	Fazit Schwangerenberatung.....	208
6	Schwangerschaftsbeschwerden	210
	<i>Kirstin Büthe</i>	
6.1	Beschwerden des Magen-Darm-Traktes.....	210
6.1.1	Ptyalismus gravidarum	210
6.1.2	Reflux.....	211
6.1.3	Nausea und Emesis	213
6.1.3.1	Hyperemesis gravidarum.....	214
6.1.3.2	Pflege von Frauen mit Hyperemesis gravidarum	215
6.1.4	Obstipation.....	217
6.1.5	Hämorrhoidalleiden.....	219
6.2	Schmerzen.....	222
6.2.1	Pharmakologische Behandlung von Schmerzen in der Schwangerschaft.....	222
6.2.2	Rückenschmerzen	225
6.2.3	Symphysenlockerung	226
6.3	Leistungsabfall & Schlafstörungen.....	228
6.4	Descensus genitale & Harninkontinenz.....	232
6.4.1	Descensus genitale	232
6.4.2	Harninkontinenz	234
6.5	Karpaltunnelsyndrom	237
6.6	Fazit Schwangerschaftsbeschwerden	238
7	Fazit evidenzbasierte Schwangerenbetreuung.....	239
8	Anhang	241
	Literatur	243
	Stichwortverzeichnis	281