

Asklepios Kliniken | Barmbek, Nord – Heidberg und Wandsbek

# PRÄNATALE DIAGNOSTIK UND FETALE THERAPIE

Maximale Sicherheit für Sie und  
Ihr ungeborenes Kind während der  
gesamten Schwangerschaft



ASKLEPIOS





## *Liebe werdende Eltern,*

jede Schwangerschaft ist einzigartig – und sie bringt Fragen, Hoffnungen und manchmal auch Sorgen mit sich. Die Pränataldiagnostik kann in dieser sensiblen Zeit zusätzliche Orientierung geben: Sie schafft medizinische Klarheit und unterstützt Sie als werdende Eltern dabei, informierte Entscheidungen zu treffen.

An den Asklepios-Geburtskliniken in Hamburg bieten wir moderne pränatale Diagnostik und fetale Therapie auf hohem fachlichem Niveau an. Unser Anspruch ist es, medizinische Spezialisierung mit persönlicher Begleitung zu verbinden – sorgfältig, verständlich und individuell auf Ihre Situation abgestimmt. Dabei arbeiten wir eng und vertrauensvoll mit den niedergelassenen Frauenärztinnen und Frauenärzten zusammen.

Viele Fragestellungen lassen sich im bewährten Zusammenspiel zwischen Praxis und Klinik am besten klären. Bei speziellen diagnostischen Anliegen oder weiterführenden Untersuchungen stehen wir werdenden Eltern und den betreuenden Kolleginnen und Kollegen jederzeit beratend und unterstützend zur Seite.

Wir nehmen uns Zeit, Untersuchungsergebnisse transparent zu erläutern und mögliche nächste Schritte in Ruhe zu besprechen. Sollten sich Auffälligkeiten ergeben, begleiten wir Sie mit fachlicher Expertise und menschlicher Unterstützung – damit Sie Entscheidungen gut informiert und in Ihrem eigenen Tempo treffen können.

Ihr

**Prof. Dr. Ioannis Kyvernitakis**

Sektionsleitung pränatale Diagnostik und fetale Therapie  
Asklepios Kliniken Barmbek, Nord – Heidberg und Wandsbek

**Hon.-Prof. Dr. Holger Maul**

Chefarzt Geburtshilfe  
Asklepios Kliniken Barmbek, Nord – Heidberg und Wandsbek



# UNSER EXPERTENTEAM

An allen drei Standorten arbeiten erfahrene pränataldiagnostische Teams, die Sie individuell durch Ihre Schwangerschaft begleiten:



**HON.-PROF. DR. HOLGER MAUL**

Chefarzt Geburtshilfe  
für alle drei Standorte  
DEGUM\* II



**PROF. DR. IOANNIS KYVERNITAKIS**

Sektionsleitung pränatale Diagnostik  
und fetale Therapie für alle drei Standorte  
DEGUM\* II – Kursleiter



**DR. MED. TYNKER KOZIERAS**

Standortleitung  
Asklepios Klinik Barmbek



**DR. MED. AUD ITTA SAUER**

Standortleitung  
Asklepios Klinik Nord – Heidberg  
DEGUM\* II



**DR. MED. TAMINA RAWNAQ MÖLLERS**

Standortleitung  
Asklepios Klinik Wandsbek  
DEGUM\* II

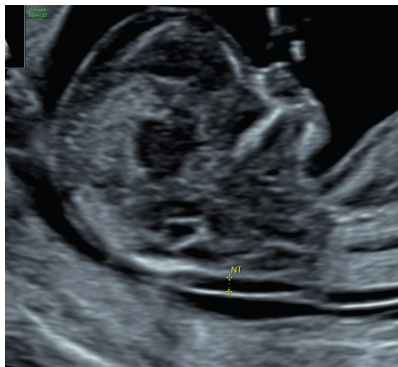
GEMEINSAM MIT:

\*DEGUM = Deutsche Gesellschaft für Ultraschall in der Medizin



# ERSTTRIMESTERSCREENING (SSW 11–14)

Im Ersttrimesterscreening geht es darum, möglichst frühzeitig Informationen über die Gesundheit und Entwicklung Ihres Kindes zu erhalten. Ziel ist es, Risiken für Chromosomenstörungen oder frühe Entwicklungsauffälligkeiten zu erkennen und Ihnen Sicherheit für den weiteren Verlauf der Schwangerschaft zu geben.



Frühe Untersuchungen  
geben Sicherheit für die  
weitere Schwangerschaft.

## ULTRASCHALL-UNTERSUCHUNGEN:

- **Nackentransparenz:** Wir messen die Nackenfalte Ihres Kindes. Ein erhöhter Wert kann auf Chromosomenstörungen oder Herzfehler hinweisen.
- **Nasenbein:** Wir prüfen, ob das Nasenbein altersgerecht sichtbar ist. Diese Information fließt in die Risikoberechnung ein.
- **Ductus venosus:** Dieses kleine Blutgefäß gibt Hinweise auf die Herzfunktion und die Blutversorgung Ihres Kindes.
- **Herzflüsse:** Wir untersuchen die Blutströmung im kindlichen Herzen, um frühe Hinweise auf Herz-auffälligkeiten zu erkennen.



### BLUT-UNTERSUCHUNGEN:

- **PAPP A und freies  $\beta$  hCG:** Diese Werte werden aus mütterlichem Blut bestimmt und gemeinsam mit den Ultraschallbefunden zur Risikoberechnung für Trisomien 21, 13 und 18 genutzt.
- **NIPT (ab ca. 9. SSW):** Die zellfreie DNA des Kindes aus mütterlichem Blut wird zur zusätzlichen Risikoabschätzung für Chromosomenstörungen analysiert.

### INVASIVE DIAGNOSTIK:

- **Chorionzottenbiopsie ab SSW 12+0:** Ermöglicht eine frühzeitige Analyse der kindlichen Chromosomen.
- **Amniozentese ab SSW 15+0:** Eine risikoarme Entnahme von Fruchtwasser zur genetischen Analyse des Kindes.

### Ablauf:

- ♥ Ultraschallbefunde besprechen wir direkt während der Untersuchung.
- ♥ Blutwerte und NIPT-Ergebnisse liegen in der Regel nach wenigen Tagen vor.
- ♥ Wir erklären alle Ergebnisse persönlich und besprechen mögliche nächste Schritte.





# PRÄEKLAMPSIE

Risiken erkennen, frühzeitig  
vorsorgen



## PRÄEKLAMPSIE: WAS BEDEUTET DAS?

Die Präeklampsie ist eine Schwangerschaftserkrankung, die meist mit einem erhöhten Blutdruck und Veränderungen im Stoffwechsel einhergeht. Sie tritt typischerweise ab der zweiten Schwangerschaftshälfte auf, kann sich jedoch bereits früh in der Schwangerschaft ankündigen. Für viele werdende Mütter ist der Begriff zunächst beunruhigend – wichtig ist jedoch zu wissen: Durch frühzeitiges Erkennen und eine enge Betreuung lassen sich Risiken heute deutlich reduzieren. Eine Präeklampsie kann sowohl die Gesundheit der Mutter als auch die Versorgung des ungeborenen Kindes beeinflussen. Durch Veränderungen in der Durchblutung der Plazenta kann es dazu

kommen, dass das Kind nicht optimal mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt wird. Für die Mutter können u. a. Blutdruckanstieg, Wassereinlagerungen oder Veränderungen von Leber- und Nierenwerten auftreten.

### Ein erhöhtes Risiko für eine Präeklampsie besteht u. a. bei:

- Mehrlingsschwangerschaften
- Präeklampsie in einer früheren Schwangerschaft
- Vorerkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes, Nierenerkrankungen oder Autoimmunerkrankungen
- familiärer Vorbelastung



## PRÄEKLAMPSIE-SCREENING: WAS WIR FRÜHZEITIG UNTERSUCHEN

Im Rahmen des Ersttrimesterscreenings bieten wir ein spezielles Präeklampsie-Screening an. Ziel ist es, bereits früh Hinweise auf ein erhöhtes Risiko zu erkennen, noch bevor Beschwerden auftreten.

### Das Screening setzt sich aus mehreren Bausteinen zusammen:

- **Blutdruckmessung:** Wir erfassen den mütterlichen Blutdruck unter standardisierten Bedingungen.
- **Doppler-Ultraschall der Gebärmutterarterien:** Diese Untersuchung zeigt, wie gut die Gebärmutter und die Plazenta durchblutet sind.
- **Blutwerte:** Bestimmte Laborwerte liefern zusätzliche Hinweise auf das individuelle Risiko.

Aus allen Parametern wird eine individuelle Risikoberechnung erstellt. Das Screening kann keine Präeklampsie vorhersagen, ermöglicht aber eine frühzeitige Einschätzung.

Wenn sich ein erhöhtes Risiko zeigt, empfehlen wir eine engmaschigere Betreuung. In vielen Fällen kann auch eine vorbeugende Therapie sinnvoll sein, um das Risiko für Mutter und Kind zu senken.



### Ablauf und Ergebnisse:

Die Untersuchung erfolgt im ersten Trimester. Die Ergebnisse werden verständlich mit Ihnen besprochen. Gemeinsam legen wir fest, ob und welche weiteren Kontrollen sinnvoll sind.



# ZWEITES TRIMESTER (SSW 18–23)

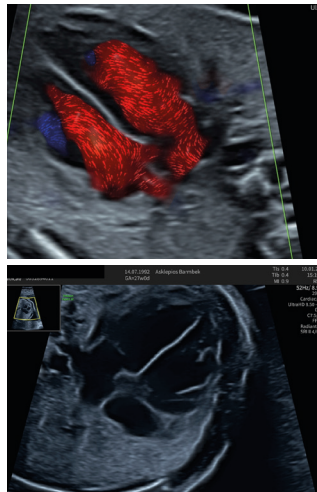


## Feindiagnostik und Organ-Ultraschall

Im zweiten Trimester liegt der Schwerpunkt darauf, die gesunde Entwicklung aller Organe Ihres Kindes zu überprüfen und eventuelle Auffälligkeiten frühzeitig zu erkennen. Diese Untersuchungen sind besonders wichtig, um Risiken oder Entwicklungsstörungen rechtzeitig zu erkennen und, falls nötig, weitere Maßnahmen einzuleiten.

### ULTRASCHALL-UNTERSUCHUNGEN:

- **Herz:** Wir kontrollieren Herzstruktur, Herzklappen und Blutfluss, um frühzeitig Herzfehler zu erkennen.
- **Hirn:** Die Gehirnstrukturen werden vermessen und auf Entwicklung und Wachstum geprüft.
- **Nieren und Harnwege:** Wir prüfen Form, Lage und Funktion.
- **Gesicht:** Wir untersuchen Mund, Nase und Kiefer auf Auffälligkeiten.



Feindiagnostik – wir prüfen die Entwicklung und Versorgung Ihres Kindes im Detail.



- **Knochen und Gliedmaßen:**

Wir überprüfen, ob alle Knochen altersgerecht entwickelt sind.

- **Fruchtwassermenge:** Wir messen die Flüssigkeit um das Kind, da zu viel oder zu wenig Wasser auf Komplikationen hinweisen kann.

- **Plazenta:** Lage, Form und Funktion werden kontrolliert.

- **Doppler der Gefäße:** Bei Auffälligkeiten oder Risikofaktoren prüfen wir die Blutversorgung von Kind und Plazenta.

- **Mehrlinge:** Bei Zwillings- oder Drillingschwangerschaften wird jedes Kind individuell untersucht.

## BLUTWERTE / WEITERE TESTS:

Bei Auffälligkeiten oder Risikofaktoren können weitere Marker untersucht werden.

Bei genetischen Fragestellungen erfolgt eine humangenetische Beratung.

## Ablauf:

- ♥ Ultraschall wird nach Zeitplan zwischen 18. und 23. Schwangerschaftswoche durchgeführt.
- ♥ Besondere Messungen werden ausführlich erläutert, bei Auffälligkeiten erfolgt ein erweitertes Screening oder die Empfehlung weiterer Tests.

## Ergebnisse:

- ♥ Ultraschallbefunde werden direkt erklärt.
- ♥ Besondere Messungen: ausführliche persönliche Beratung, ggf. weitere Kontrollen oder Therapien empfohlen.

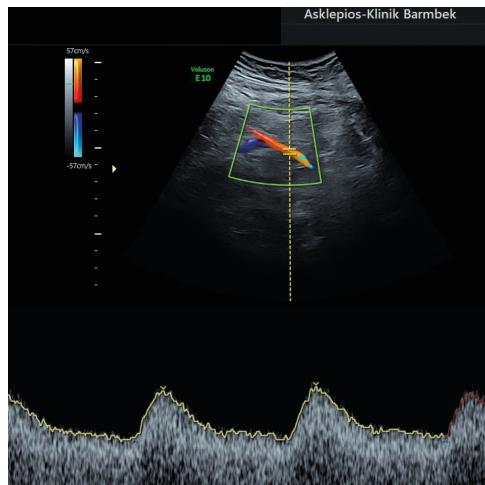




# DRITTES TRIMESTER (SSW 28–32)



Im letzten Trimester liegt der Schwerpunkt darauf, die gesunde Entwicklung Ihres Kindes bis zur Geburt kontinuierlich zu überwachen. Wir prüfen Wachstum, Position, Fruchtwassermenge und Blutversorgung, insbesondere bei Risikoschwangerschaften.





## ULTRASCHALL-UNTERSUCHUNGEN:

- **Wachstum und Gewichtsschätzung:**  
Wir messen Kopf, Bauch und Oberschenkel, um sicherzustellen, dass sich Ihr Kind altersgerecht entwickelt.
- **Lage des Kindes:** Wir bestimmen, ob Ihr Kind in Schädellage, Beckenendlage oder Querlage liegt – wichtig für die Geburtsplanung.
- **Fruchtwassermenge und Plazenta:** Wir prüfen, ob die Flüssigkeit ausreichend ist und die Plazenta normal funktioniert.
- **Doppler-Untersuchungen:** Messung der Blutflussgeschwindigkeit in kindlichen und mütterlichen Gefäßen, um die Sauerstoffversorgung zu beurteilen.
- **3D-/4D-Ultraschall:** Sie können Ihr Kind schon während der Geburt ganz plastisch sehen. Für viele Elternpaare ist das ein sehr emotionaler Moment, Gesicht, Hände und Bewegungen ihres Kindes so zu erleben.

## Ablauf:

- ♥ Ultraschall ab SSW 23 regelmäßig.
- ♥ Doppler bei Auffälligkeiten.
- ♥ 3D/4D optional.

## Ergebnisse:

- ♥ Befunde werden direkt besprochen.
- ♥ Weitere Schritte erfolgen in enger Abstimmung mit Ihnen.





# FETALE THERAPIE

## UNSERE SCHWERPUNKTE UND EXPERTISE

Pränataldiagnostik ist für jede Schwangerschaft sinnvoll: Sie bestätigt, dass Ihr Kind sich gesund entwickelt, und gibt Ihnen Sicherheit während der gesamten Schwangerschaft. In einigen Fällen zeigt sich im Verlauf der Untersuchungen, dass besondere Aufmerksamkeit oder spezialisierte Diagnostik erforderlich ist. Für diese Fragestellungen verfügen wir über langjährige Erfahrung und ein hoch qualifiziertes Team, das Sie kompetent begleitet.

Unsere Betreuung ist darauf ausgerichtet, Risiken frühzeitig zu erkennen, die Schwangerschaft sicher zu überwachen und gemeinsam mit Ihnen die bestmöglichen Entscheidungen zu treffen.



## PRÄVENTION DER FRÜHGEBURT

Frühgeburten gehören zu den häufigsten Ursachen für gesundheitliche Herausforderungen bei Neugeborenen. Durch präzise Diagnostik, engmaschige Kontrollen und gezielte Maßnahmen können wir das Risiko einer Frühgeburt deutlich reduzieren und damit die optimale Entwicklung Ihres Kindes unterstützen.

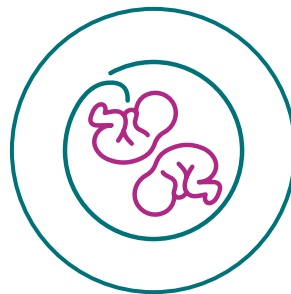




**Je nach individueller Situation setzen wir folgende Möglichkeiten ein:**

- Pessar-Therapie: Ein spezielles Gebärmutterhals-Pessar entlastet den Muttermund und kann eine vorzeitige Öffnung verzögern.
- Cerclage: Operative Stabilisierung des Gebärmutterhalses bei nachgewiesener Insuffizienz.
- Muttermundverschluss: In ausgewählten Fällen zur weiteren Reduktion des Frühgeburtsrisikos.

Regelmäßige Kontrollen, Ultraschalluntersuchungen und Beratung begleiten Sie durch den gesamten Verlauf. So stellen wir sicher, dass Ihr Kind bestmöglich geschützt ist und die Schwangerschaft optimal verläuft.



**ZWILLINGS- / MEHRLINGS-SCHWANGERSCHAFTEN**

Zwillingsschwangerschaften erfordern besondere Aufmerksamkeit, da sie mit einem erhöhten Risiko für Frühgeburten, Wachstumsunterschiede oder Durchblutungsstörungen verbunden sind.





### Unsere Schwerpunkte liegen auf:

- präziser Ultraschall- und Doppler-Diagnostik für jedes Kind
- individueller Beurteilung von Wachstum, Lage und Versorgung
- frühzeitiger Erkennung und Therapie möglicher Komplikationen

Durch regelmäßige Kontrollen und enge Abstimmung mit Ihnen können wir Risiken aktiv minimieren und eine gesunde Entwicklung beider Kinder fördern.

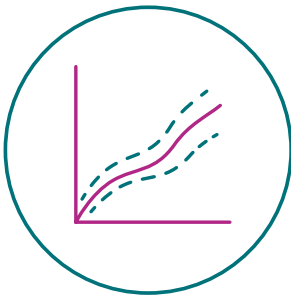
*Spezialisierte Expertise -  
auch dann, wenn eine  
Schwangerschaft besondere  
Aufmerksamkeit benötigt.*

## FETALE FEHLBILDUNGEN

Die Diagnose und Behandlung fetaler Fehlbildungen erfordert hoch spezialisierte Expertise. Wir bieten differenzierte Ultraschalluntersuchungen, gezielte diagnostische Verfahren und interdisziplinäre Beratung.

Bei Auffälligkeiten planen wir gemeinsam mit Ihnen die weiteren Schritte und können therapeutische Maßnahmen oder gezielte Interventionen einleiten, um die Entwicklung Ihres Kindes bestmöglich zu unterstützen. Unser Ziel ist, dass Sie jederzeit umfassend informiert sind und Entscheidungen gemeinsam mit uns treffen können.





## FETALE WACHSTUMSRESTRIKTION (FGR)

Wenn ein Kind nicht sein Wachstumspotenzial erreicht, kann dies ernsthafte Risiken für seine Gesundheit bedeuten. Durch präzise Diagnostik, regelmäßige Überwachung und gezielte therapeutische Maßnahmen arbeiten wir aktiv daran, das Wachstum Ihres Kindes zu fördern und Komplikationen zu minimieren.

### Unsere Maßnahmen können u. a. sein:

- engmaschige Ultraschall- und Doppler-Kontrollen zur Überwachung der Plazentafunktion und kindlichen Entwicklung
- Optimierung der Versorgung durch gezielte medikamentöse Unterstützung

Wir erklären alle Untersuchungsergebnisse ausführlich, besprechen mögliche Schritte und stimmen die Betreuung eng mit Ihnen ab, sodass Sie jederzeit informiert und sicher begleitet sind.

In ausgewählten Fällen zeigt sich im Verlauf der Untersuchungen, dass eine gezielte Behandlung bereits vor der Geburt sinnvoll sein kann – darauf gehen wir auf der nächsten Seite ein.



# WENN EINE SCHWANGERSCHAFT BESONDERE AUFMERKSAMKEIT BRAUCHT ...

Gezielte Unterstützung, wenn es erforderlich ist

In seltenen Fällen zeigt die pränatale Diagnostik, dass eine gezielte Behandlung vor der Geburt sinnvoll sein kann, um die Entwicklung Ihres Kindes optimal zu unterstützen. Unsere fetale Therapie wird dabei stets individuell geplant und unterliegt höchsten Sicherheitsstandards.

Dank der engen interdisziplinären Zusammenarbeit verschiedener Fachbereiche können alle notwendigen Eingriffe direkt an unseren Standorten durchgeführt werden. So haben Sie die Sicherheit, dass Ihr Kind in erfahrener Hand ist – ohne lange Wege, unter kontinuierlicher Ultraschall- und Doppler-Überwachung.

## Zu den möglichen Beispielen für fetale Therapien zählen:

- Fetale Bluttransfusion: Bei Anämie des Kindes kann über die Nabelschnur Blut übertragen werden, um die Sauerstoffversorgung und das Wachstum zu sichern.
- Fetofetales Transfusionssyndrom (FFTS): Eine seltene Komplikation bei eineiigen Zwillingen mit gemeinsamen Mutterkuchen, bei der ein Zwilling zu viel und der andere zu wenig Blut erhält und die durch eine Laserbehandlung der verbindenden Blutgefäße im Mutterleib behandelt werden kann.



Bei speziellen Risiken oder Komplikationen können wir direkt vor Ort helfen und Ihrem Kind mit gezielten Interventionen optimale Bedingungen für die weitere Entwicklung bieten.



- **LUTO (fetale Harnabflussstörung):**  
Bei Blockaden in der Harnröhre kann ein Shunt eingesetzt werden, um die Harnableitung zu gewährleisten.
- **Amniondrainage/Amnionauffüllung:**  
Bei zu viel oder zu wenig Fruchtwasser kann die Menge gezielt reguliert werden, um die Entwicklung des Kindes zu fördern und Komplikationen zu vermeiden.
- **antiarrhythmische Therapie:** Bei Herzrhythmusstörungen des Kindes können wir medikamentös direkt intervenieren, um den Herzrhythmus zu stabilisieren.

### Hinweis:

Dies sind Beispiele häufiger Eingriffe, die nicht alle Möglichkeiten abbilden. Jede Therapie wird individuell nach der genauen Diagnose und dem Bedarf Ihres Kindes geplant.

## Ablauf:

### Diagnose und Indikation:

Wir prüfen genau, ob und wann ein Eingriff notwendig ist.

- ♥ **Interdisziplinäre Planung:** Unser Team bespricht gemeinsam mit Ihnen den Ablauf, mögliche Risiken und den voraussichtlichen Erfolg.
- ♥ **Durchführung vor Ort:** Alle Eingriffe erfolgen unter optimaler Überwachung, immer mit Ultraschall- und Doppler-Kontrollen.
- ♥ **Nachsorge:** Das Kind wird vor und nach der Geburt engmaschig überwacht, um den Therapieerfolg sicherzustellen.
- ♥ **Jeder Schritt wird ausführlich erklärt.** Wir nehmen uns Zeit, Ihre Fragen zu beantworten, und besprechen direkt nach den Eingriffen, welche Veränderungen wir beobachten und wie es weitergeht.
- ♥ **Unser Ziel ist, dass Sie sich zu jedem Zeitpunkt gut informiert und begleitet fühlen.**



Generell steht jeder Schwangeren eine fundierte Pränataldiagnostik zu, die von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen wird. Dazu zählen die routinemäßigen Ultraschalluntersuchungen, Bluttests im Rahmen der Vorsorge sowie bestimmte spezialisierte Tests, wenn medizinische Indikationen bestehen.



Wir informieren Sie transparent über Möglichkeiten und Grenzen der pränatalen Diagnostik.

### Kassenleistungen: ....

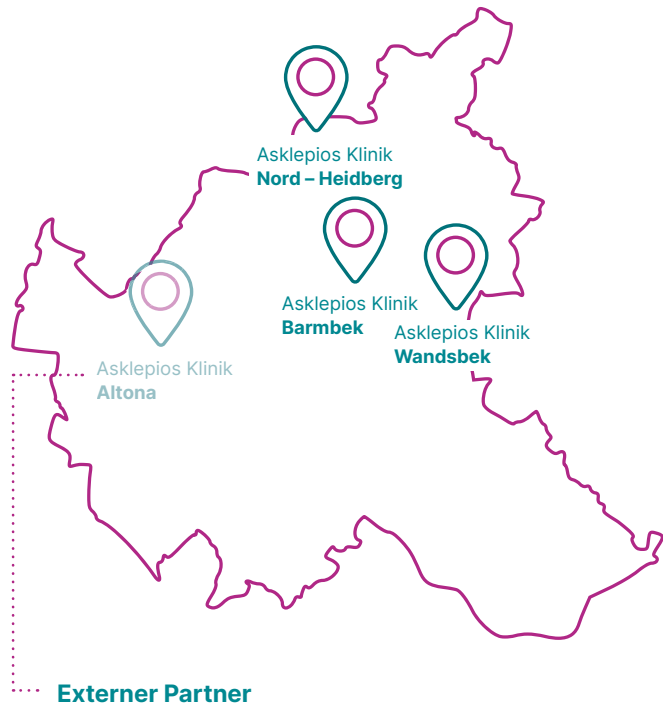
- **NIPT (nicht-invasiver Pränataltest):**  
Seit dem 1. Juli 2022 kann dieser Test von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen werden.
- **Feindiagnostik/Organ-Ultraschall:**  
Wird bei medizinischer Indikation übernommen, z. B. bei Risikoschwangerschaften oder Auffälligkeiten im Basis-Screening.
- **Invasive Diagnostik und Eingriffe:**  
Werden bei medizinischer Notwendigkeit von der Kasse getragen.



# EXPERTISE PRÄNATALDIAGNOSTIK HAMBURG

## Asklepios Klinik Standorte

- **Barmbek**  
Perinatalzentrum  
Level 1
- **Nord – Heidberg**  
Perinatalzentrum  
Level 1
- **Wandsbek**  
Perinataler  
Schwerpunkt





# FAQ

## PRÄNATALDIAGNOSTIK UND SCHWANGERSCHAFT

Eine Schwangerschaft wirft viele Fragen auf. Wir beantworten hier die wichtigsten Punkte, die das Wohl Ihres Kindes betreffen, und zeigen, wie Sie Risiken frühzeitig erkennen und gleichzeitig die Gesundheit Ihres Kindes aktiv unterstützen können.

### REISEN UND IMPFUNGEN

#### **Risiko Flugreise – kann Fliegen eine Frühgeburt auslösen?**

Längere Flüge sind bei unkomplizierter Schwangerschaft meist unproblematisch. Bei Risikoschwangerschaften kann das Risiko für Frühgeburt oder Komplikationen leicht erhöht sein. Faktoren wie Blutdruck, Plazentafunktion, Beschwerden oder

Mehrlingsschwangerschaften spielen eine Rolle. Vor Fernreisen empfehlen wir ein Beratungsgespräch.

#### **Darf ich mich während der Schwangerschaft impfen lassen?**

Fast alle Impfungen sind sicher und schützen Mütter und Kinder vor Infektionen. Dazu zählen die Keuchhustenimpfung sowie Grippeimpfungen.



## ERNÄHRUNG UND GENUSSMITTEL

### Welche Lebensmittel sollte ich meiden?

Bestimmte Lebensmittel wie rohes Fleisch, Sushi oder nicht pasteurisierte Milchprodukte können Infektionen übertragen, die in seltenen Fällen das Risiko für Fehlbildungen oder Frühgeburten erhöhen. Gleichzeitig können Sie die Entwicklung Ihres Kindes aktiv unterstützen, z. B. durch eine ausgewogene Ernährung mit Obst, Gemüse, Vollkornprodukten, Eiweißquellen und ausreichend Flüssigkeit. Die gezielte Einnahme von empfohlenen Nahrungsergänzungen wie Folsäure, Jod oder Vitamin D trägt ebenfalls zur gesunden Entwicklung Ihres Kindes bei.



## RAUCHEN UND ALKOHOL

### Wie gefährlich ist das für mein Kind?

Rauchen erhöht das Risiko für Frühgeburten, Untergewicht, Plazentaprobleme und Entwicklungsstörungen. Alkohol kann schwerwiegende Fehlbildungen und langfristige Entwicklungsprobleme verursachen. Wir empfehlen, während der gesamten Schwangerschaft komplett auf Rauchen und Alkohol zu verzichten.

Gleichzeitig fördern Sie die Gesundheit Ihres Kindes durch gesunde Ernährung, Bewegung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr.



## SPORT UND BEWEGUNG

### Darf ich Sport treiben?

Regelmäßige, moderate Bewegung unterstützt die gesunde Entwicklung Ihres Kindes, fördert die Durchblutung der Plazenta und kann sogar das Risiko für Frühgeburten senken. Geeignete Aktivitäten sind z. B. Spaziergehen, Schwimmen, Radfahren auf einfachem Terrain oder sanftes Yoga. Intensive oder risikoreiche Sportarten – wie Kontaktsport oder Leistungssport – sollten nur nach ärztlicher Rücksprache ausgeübt werden, insbesondere bei Risikoschwangerschaften.

## MEDIKAMENTE

### Welche Medikamente kann ich sicher einnehmen?

Viele Medikamente wirken sich direkt auf die Entwicklung Ihres Kindes aus. Einige können Fehlbildungen, Wachstumsverzögerungen oder Komplikationen wie Frühgeburt begünstigen. Andere Medikamente sind unbedenklich oder sogar notwendig für Ihre Gesundheit und die Ihres Kindes. Besprechen Sie daher jede Einnahme, auch rezeptfreie Medikamente, pflanzliche Präparate oder Nahrungsergänzungsmittel, vorab mit uns. Gemeinsam können wir Nutzen, Risiken und mögliche Alternativen abwägen, sodass Sie Ihr Kind optimal schützen und gleichzeitig Ihre eigene Gesundheit erhalten.





# IMPRESSUM

## HERAUSGEBER

### ASKLEPIOS KLINIK BARMBEK

Perinatalzentrum Level 1  
Rübenkamp 220  
22307 Hamburg

Tel.: (0 40) 18 18 82-1411 oder -8899  
Fax: (0 40) 18 18 82-1419 oder -1849

m.lukas@asklepios.com  
j.hoop@asklepios.com

### ASKLEPIOS KLINIK NORD – HEIDBERG

Perinatalzentrum Level 1  
Tangstedter Landstraße 400  
22417 Hamburg

Tel.: (0 40) 18 18 87-3458  
Fax: (0 40) 18 18 87-3099

b.wolff@asklepios.com

### ASKLEPIOS KLINIK WANDSBEK

Perinataler Schwerpunkt  
Alphonsstraße 14  
22043 Hamburg

Tel.: (0 40) 18 18 83-1463 oder -6001  
Fax: (0 40) 18 18 83-1633

j.passlack@asklepios.com

## VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT

Angela Obermaier  
a.obermaier@asklepios.com  
Tel.: (0 40) 18 18 87-3264

## LAYOUT UND SATZ

www.lockvogel-hamburg.de

## FOTOS UND ILLUSTRATIONEN

Illustrationen: LOCKVOGEL  
(1, 2), Robert Biedermann/  
stock.adobe.com (19, Map);  
Fotos: @asklepioskliniknord (3,  
4, 6, 7, 8, 10, 18); Icons: LOCK-  
VOGEL (5, 8, 10) Vectuz/stock.  
adobe.com (12, 13, 14, 15, 17)  
Asklepios Kliniken GmbH (6)

1. Auflage, 04/2026

Nachdruck und Vervielfältigung  
nur mit schriftlicher  
Genehmigung durch die  
Rechtsinhaber.



[www.asklepios.com](http://www.asklepios.com)