Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 105 (2007)
Heft: 10

Artikel: Kursangebot einer Hebamme : schlau schwanger werden
Autor: Roth, Christina
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-950015

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

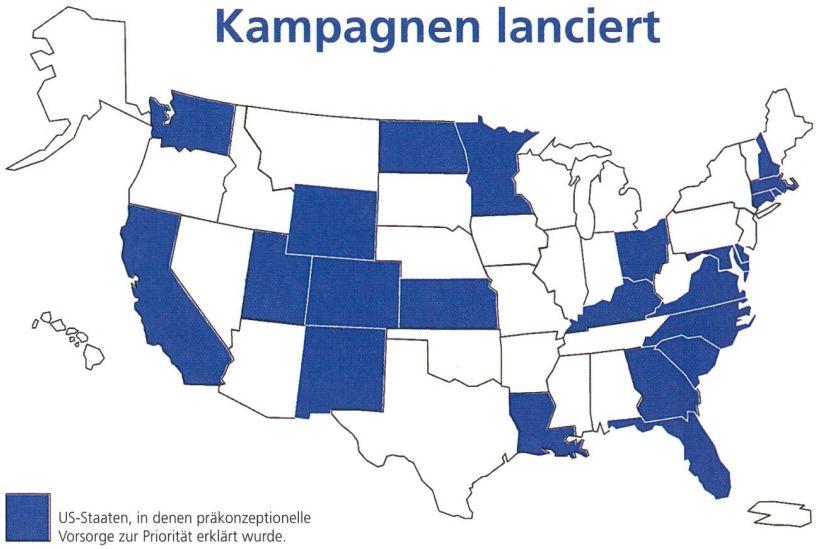
Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Präkonzeptionelle Vorsorge in den USA

Kampagnen lanciert



Ungünstig verlaufende Schwangerschaften und Geburten sind in den USA ein ernsthaftes Problem der öffentlichen Gesundheit. So werden 12% der Säuglinge zu früh geboren, 8% sind bei der Geburt untergewichtig und 3% haben schwere Fehlbildungen. 31% der Mütter erleiden Schwangerschaftskomplikationen. Wichtigste Risikofaktoren sind Rauchen (11%) und Alkoholkonsum (10%) während der Schwangerschaft. Von den Frauen im gebärfähigen Alter achten 69% nicht auf ausreichende Folsäurezufuhr, 31% sind übergewichtig, und 3% konsumieren Medikamente, die bekanntermassen Fehlbildungen hervorrufen können. Ausserdem leiden zirka 4% der Frauen an vorbestehenden Krankheiten wie Diabetes.

Allen diesen Risikofaktoren könnten mit entsprechenden Vorsorgemassnahmen wirkungsvoll begegnet werden. Bisher bietet jedoch nur jede vierte Gesundheitsfachperson den von ihnen betreuten Frauen eine präventiv orientierte Vorsorge an. Ausserdem wird sie von den wenigsten Krankenversicherungen bezahlt, und die wenigsten Klientinnen verlangen nach ihr.

Das nationale Gesundheitsdepartement hat vor einiger Zeit spezifische Präventionszentren (CDCs; Centers for Disease Control and Prevention) damit beauftragt, wirkungsvolle Programme einzuführen. Eine interne Arbeitsgruppe hat Empfehlungen ausgearbeitet, wie die präkonzeptionelle Vorsorge aussehen müsste. Diese richten sich an Gesundheitseinrichtungen, Gesundheitsfachleute, Politiker und eine weitere Öffentlichkeit. Anfang 2006 wurde eine entsprechende landesweite Promotionskampagne lanciert.

www.cdc.gov

Literatur

Cefalo R.C., Moos M.K., 1995. Preconception health care: a practical guide, 2nd edn. Mosby-Year Book, St. Louis.

Cefalo R.C., Bowes Jr. W.A., Moos MK, 1995. Preconception care: a means of prevention. Baillière's Clinical Obstetrics and Gynaecology 3, 403–416.

Cikot R., Gaytant M., Braspenning J. et al., 1999. Dutch GPs acknowledge the need for preconceptual health care. British Journal of General Practioners 49, 314–315.

Czeizel A.E., 1999. Ten years of experience in preconception care. European Journal of Obstetrics and Gynaecology, Reproductive Biology 84, 43–49.

De Weerd S., Steegers E.A.P, 2002. The past and present practices and continuing controversies of preconception care. Community Genetics 5, 50–60.

De Weerd S., Thomas C.M.G et al., 2002a. Preconception counseling improves folate status of women planning pregnancy. Obstetrics and Gynecology 99, 45–50.

De Weerd S., Van der Bij A.K., Cikot R.J.L.M. et al., 2002b. Preconception care: a screening tool for health assessment and risk detection. Preventive Medicine 34, 505–511.

Floyd R.L., Rimer B.K., Giovino G.A. et al., 1993. Review of smoking in pregnancy: effects of pregnancy outcomes and cessation efforts. Annual Review of Public Health 14, 379–411.

Moos M.K., 1989. Preconception health promotion: a health education opportunity for all women. Preconception Health Promoter 15, 55–68.

Steegers E.A.P., Wildschut H.I.J., 2005. Preparing for pregnancy: preconception care. In: Macklon NS (Ed.), IVF in the medically complicated patient. Taylor and Francis, Oxford.

Kursangebot einer Hebamme

Schlau

Viviane und Daniel sind schon seit mehreren Jahren ein Paar. In den letzten Monaten ist bei beiden der Wunsch herangereift, ihr Leben künftig als Familie mit Kindern zu verbringen. Natürlich wissen sie, dass sie in erster Linie auf Verhütungsmittel verzichten müssen, um einem Kind das Leben zu schenken – doch was gilt es in der Zeit vor einer Schwangerschaft sonst noch zu beachten?

Christina Roth

Diese Frage stellen sich nicht nur Viviane und Daniel. Als Hebamme werde ich immer wieder gefragt, was man vor einer Schwangerschaft wissen oder abklären sollte – eine Frage, auf die auch die Fach- und die Ratgeberliteratur kaum Antworten gibt. Die Zeit vor der Schwangerschaft ist ein Thema, bei dem künftige Eltern bis anhin auf sich allein gestellt waren.

Wenn sich Eltern nicht schon vor einer Schwangerschaft Gedanken darüber machen, was sie erwartet, kann dies unangenehme Folgen haben. In den Schwangerschaftskontrollen suchen mich immer wieder Paare auf, die zu pränatalen Tests eingewilligt haben und nun mit einer unsicheren Diagnose leben oder sich für eine zusätzliche, invasivere Untersuchung entscheiden müssen. Solche Paare fühlen sich oft überfordert oder bereuen es, sich nicht frühzeitig mit den Vor- und Nachteilen der Pränataldiagnostik auseinander gesetzt zu haben.

Wenig Informationen, kaum Literatur

Auch in anderen Bereichen wäre es oft von Vorteil, wenn man künftige Mütter schon vor einer Schwangerschaft beraten könnte. An den Teamsitzungen in unserem Geburtshaus fällt oft der

schwanger werden

Satz: «Hätten wir doch schon vor der Schwangerschaft Kontakt zu der Frau gehabt.» Viele Paare wissen nicht, dass sie sich während der Schwangerschaft durch eine Hebamme betreuen lassen können oder dass das Notieren des Zyklus die Geburtsterminbestimmung vereinfacht.

Diese Überlegungen nahm ich vor vier Jahren zum Anlass, einen Kursabend für Paare, die sich ein Kind wünschen, anzubieten. Ich war erstaunt, als ich bei den Vorbereitungen merkte, dass solche Angebote fehlten und kaum passende Literatur, Informationen und Unterlagen zu finden waren. Nach einer entsprechend intensiven Vorbereitungsarbeit konnte ich unter dem Titel «vorher» einen ersten Kursabend durchführen, an dem fünf Frauen und vier Männer teilnahmen.

Praktisches und Überlegenswertes

Der Kursabend dauert zwei Stunden und hat zwei Schwerpunkte. Im ersten Kursteil thematisiere ich praktische Fragen rund um die Schwangerschaft. Dazu gehören Fragen zum Zyklus (Wann kann eine Frau schwanger werden? Wie stellt man den Eisprung fest?) und all jene Aspekte, die man vor einer Schwangerschaft abklären oder beachten sollte (Röteln-Immunität, Einfluss von Noxen, grosse Zahnbehandlungen, Folsäure, Toxoplasmose, Ernährung, Krankenkasse, Rechte beim Arbeitgeber, die ersten Wochen einer Schwangerschaft, Schwangerschaftskontrollen usw.).

Christina Roth machte ihr Hebammendiplom in Chur, war drei Jahre Spitalhebamme und arbeitet seit fünfeinhalb Jahren im Geburtshaus Delphys in Zürich.

Der zweite Teil des Abends ist dem Thema Pränataldiagnostik gewidmet. Ich stelle die verschiedenen Methoden vor, informiere über Risiken, Ziele, Genauigkeit der Ergebnisse, Wartezeiten und Konsequenzen. Anhand von Erlebnisberichten diskutiere ich mit den Teilnehmenden ethische Aspekte der pränatalen Diagnostik.

Literaturempfehlungen und eine grosse Auswahl an Prospekten zu weiteren Themen (Folsäure, Rechte während der Schwangerschaft am Arbeitsplatz, Möglichkeiten für Männer Teilzeitarbeit zu leisten, Geburtsort, Hebammenangebote sowie Adressen von Beratungsstellen) runden den Abend ab.

Gute Rückmeldungen

Obwohl ich bis anhin noch kaum Werbung für mein Kursangebot gemacht hatte, konnte ich inzwischen acht Kurse durchführen. Die Teilnehmenden wurden jeweils durch persönliche Kontakte («Mund-zu-Mund-Propaganda») oder übers Internet auf mein Angebot aufmerksam. Die Feedbacks nach den Kursen waren durchwegs positiv.

Von einigen Paaren erhielt ich auch noch Monate später Rückmeldungen. Die meisten Teilnehmenden hatten sich für die Schwangerschaftsbetreuung an eine Hebamme gewendet, und viele entschieden sich danach für eine Geburtshaus- oder eine Hausgeburt. Sie waren froh, sich schon vor der Schwangerschaft mit dem Thema Pränataldiagnostik auseinandergesetzt und so aufgrund solider Informationen eine bewusste Entscheidung getroffen zu haben.

Auch sonstwo in der Schweiz?

Der Erfolg der Kurse und die Feedbacks der Kursteilnehmenden motivieren mich, das Konzept für meine Kursabende weiterzuentwickeln und einem breiteren Publikum bekannt zu machen. Ich finde es wichtig, dass wir Hebammen auch in diesem Bereich die Initiative ergreifen und den Kontakt zu Frauen suchen, die eine Schwangerschaft planen. Ich würde mich daher freuen, wenn Hebammen in anderen Teilen der Schweiz ebenfalls solche oder ähnliche Kurse anbieten. So geben sie jungen Menschen die Gelegenheit, sich in aller Ruhe mit wichtigen Themen auseinanderzusetzen, um nicht später unter Zeitdruck übereilt wichtige Entscheidungen treffen zu müssen. Oder anders gesagt: Künftig sollen noch mehr Frauen nicht nur schwanger, sondern schlau schwanger werden. ◀

Weitere Infos unter www.schlauschwanger.ch
Rückmeldungen und Auskünfte:
christinaroth@bluewin.ch

Präkonzeptionelle Vorsorge

(K)ein Thema in der Schweiz?

Die Redaktion hat sich bei Verbänden und im Internet umgesehen. Sie wollte herausfinden, wie aktuell die Thematik der präkonzeptionellen Beratung hierzulande ist.

SHV

«Die präkonzeptionelle Vorsorge durch die Hebamme ist laut Berufskompetenz vorgesehen und wird durch den SHV angestrebt. Die Thematik ist in den Verhandlungen mit santésuisse insofern ein Thema, als laut bestehendem Vertrag die Leistung nicht abgerechnet werden kann und es seitens des SHV ein definiertes Ziel ist, die Leistung in einen zukünftigen Vertrag aufzunehmen. Laut KVG ist die präkonzeptionelle Leistung durch die Hebamme nicht vorgesehen. Die Hebamme kann jedoch über Zusatzleistungen mit der Frau abrechnen. Dazu besteht seitens des SHV eine Tarifempfehlung.»

Doris Güttinger
Geschäftsführerin SHV

SGGG/gynécologie suisse

«Die Präkonzeptionelle Beratung ist ein wichtiges Thema. 2007 fand in Olten eine Fortbildung für Gynäkologen und Allgemeinmediziner statt, mit einem Hauptvortrag von D. Surbek zum Thema. Die Thematik beschränkt sich längst nicht mehr nur auf die Verabreichung von Folsäure/Multivitaminpräparaten und gewinnt zunehmend an Wichtigkeit. Bis jetzt existieren noch keine schweizerischen Guidelines, aber etwas Ähnliches ist in Planung.»

Prof. Dr. med. Daniel Surbek
Präsident Kommission Qualitätssicherung

Kollegium für Hausarztmedizin HKM

Aus einer Fortbildungstagung des HKM:
«Präkonzeptionelle Beratung»

- Beratung bezüglich Folsäure-Prophylaxe (zusätzlich zur Nahrung 0,4 mg/d; bei Risiko: 4mg/d).
- Angebot HIV-Test, ggf. Hepatitis B/C, Lues
- Hinweis auf die Möglichkeit einer Varizellen-Impfung
- Ggf. Abstriche auf Gonorrhoe und Chlamydien
- Prüfung der Teratogenität allfälliger Medikamente
- Ggf. genetische Beratung
- Information über das Rauchen, Designerdrogen»

Aus: Franziska Krähenmann, Bettina Wäckerle Macchi, Schwangerschaftskontrollen: eine Gratwanderung. PrimaryCare 2007; 7: Nr 12

Auf der Webseite der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeinmedizin www.sgam.ch erbrachte eine Suche mit den Begriffen «präkonzeptionelle Vorsorge/Beratung» und «Schwangerschaftsvorsorge/Beratung» keine Einträge.

www.swissmom.ch

Schlagwort «Kinderwunsch», mit *Links:*

«Kinderkriegen heisst nicht einfach nur, auf Verhütungsmethoden zu verzichten. Ihre Gesundheit spielt dabei eine wichtige Rolle. Der Körper der Mutter wird Umwelt und Schutzraum des zukünftigen Kindes sein. Ihre Lebensgewohnheiten, Ihre Ernährung, Ihre seelische und körperliche Gesundheit sind massgeblich für die gesunde und ungestörte Entwicklung des Babys. Nehmen Sie also die geplante Schwangerschaft zum Anlass, ganz bewusst auf Ihren Körper, Ihre Gedanken und Gefühle zu achten.

So bereiten Sie sich optimal auf eine Schwangerschaft vor:

- *Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, Ihrer Ärztin* über Ihren Kinderwunsch
- *Hören Sie auf zu rauchen und trinken Sie weniger Alkohol*
- *Achten Sie auf Ihr Gewicht und ernähren Sie sich gesund*
- Nehmen Sie ein *Folsäurepräparat* ein
- *Halten Sie sich körperlich fit*
- *Vereinbaren Sie einen Zahnarzttermin*
- *Vermeiden Sie Umweltgifte,* wo es geht
- In bestimmten Fällen ist eine humangenetische Beratung sinnvoll.

Aus unserem Bereich «Aktuell»: *Frauen wissen, welcher Mann zum Vater taugt.*

Bitte beachten Sie auch unsere Buchtipps zum Thema *«Kinderwunsch.»*

Stand: 03/07

Familienplanungsstellen und -seiten im Internet

Eine Suche über Google nach Familienplanungsstellen, die unter einer spezifischen Rubrik über präkonzeptionelle Vorsorge/Beratung informieren, endete ergebnislos. Beratung vor der Schwangerschaft ist auf einzelnen Webseiten einzig im Zusammenhang mit einer HIV/AIDS-Infektion oder einer schweren angeborenen Krankheit ein Thema.

Stichprobenartig überprüfte Internetseiten: PlaneS, Schweiz. Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit, Lausanne; Zentrum für Familienplanung Inselspital Bern; Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität, Aarau-Brugg; Beratungsstelle für Familienplanung, St. Gallen; Centre de planning familiale Profa, Genève; Amorix, Kompetenzzentrum für Bildung und sexuelle Gesundheit; Dienst für Familienplanung und Sexualinformation Kt. Freiburg.

Recherche:
Gerlinde Michel

Literatur zum Thema

- Maternal and Child Health Journal, Volume 10, supplement 1, September 2006. Die ganze Ausgabe dieses Sonderhefts (207 Seiten) ist dem Thema «Preconception Care» gewidmet.
- Anne L. Dunlop, Brian Jack, Keith Frey, National Recommendations for Preconception Care: The Essential Role of the Family Physician. The Journal of the American Board of Family Medicine 20 (1): 81–84 (2007)
- De Weerd S et al., Preconception care: preliminary estimates of costs and effects of smoking cessation and folic acid supplementation. J Reprod Med, 2004 May; 49(5): 338–44