

Besondere Umstände

*Schwangerschaft in einer
außergewöhnlichen Zeit*

58 Schwangere

haben an der Umfrage:
„Schwangerschaft während Covid-19“
teilgenommen





„Welche Gefühle & Emotionen hattest du in Bezug auf deine Schwangerschaft, als der Lockdown aufgrund der Covid-19 Pandemie ausbrach?“

Leider konnte ich meiner Familie aufgrund der Kontakt- & Ausgangssperre die Schwangerschaft nicht persönlich verkünden. Das war wirklich schade & auch etwas ärgerlich.

So hatte ich mir meine Schwangerschaft nicht vorgestellt. Der Vorbereitungslehre wurde vorerst abgesagt & auch der Yoga-Kurs fiel weg. Das machte mich traurig.

Die Nachrichten der Tagesschau & die strengen Corona-Regelungen lösten Unsicherheit in mir aus...

Ich fand es schade und dennoch richtig, dass ich aufgrund der Pandemie als Krankenschwester im schwangeren Zustand nicht mehr arbeiten gehen durfte...



Ich konnte das Risiko zu erkranken nicht einschätzen & hatte Angst mich anzustecken & mein ungebornes Kind dadurch vielleicht in Gefahr zu bringen.

Durch das Homeoffice konnte ich die Schwangerschaft entspannt angehen: zu Hause jeden Tag Mittagschlaf halten, frisch kochen, Kaffee- & Tee-pausen genießen, die Beine zu jeder Zeit hochlegen...

Mit Beginn des Lockdowns brach bei mir auch die NEST-BAUPHASE aus. Ich entdeckte Nöbste ebay-Klimaanlagen durch. Die Zeit ermöglichte mir sehr viel vorarbeiten zu können und ließ mich entspannt sein.

Es bereitete mir Sorgen nicht zu wissen, ob mein Partner bei der Geburt mit in den Kreißsaal darf oder nicht.

Ich war anfangs sehr unruhig, da es kaum Informationen gab wie gefährlich der Virus denn tatsächlich für das Kind & die Mutter ist.

Ich war gestresst: durch die Schließung von Kindergärten & Schule war ich auf einmal allein zu Hause mit 3 Kindern. Und das HOCHSCHWANGER! Da was bis abends mein Mann von der Arbeit zurück kam nichts mit Pause & Ruhe Das hätte ich aber dringend gebraucht.



„In welcher Schwangerschaftswoche befindest du dich aktuell?“

12%

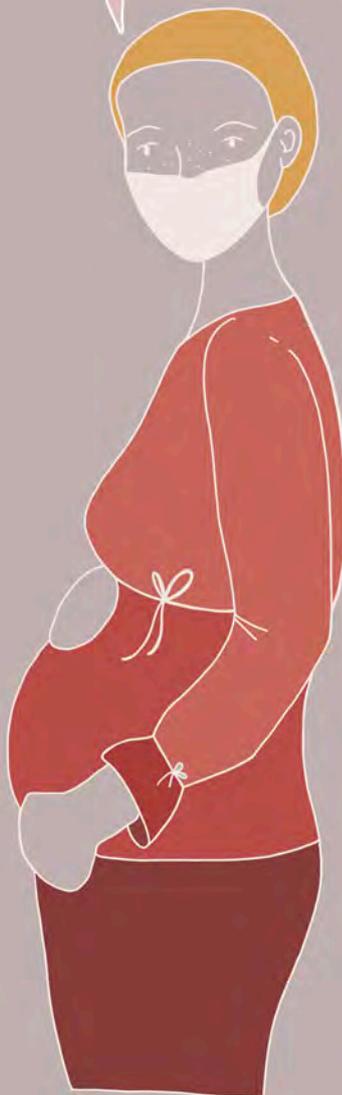
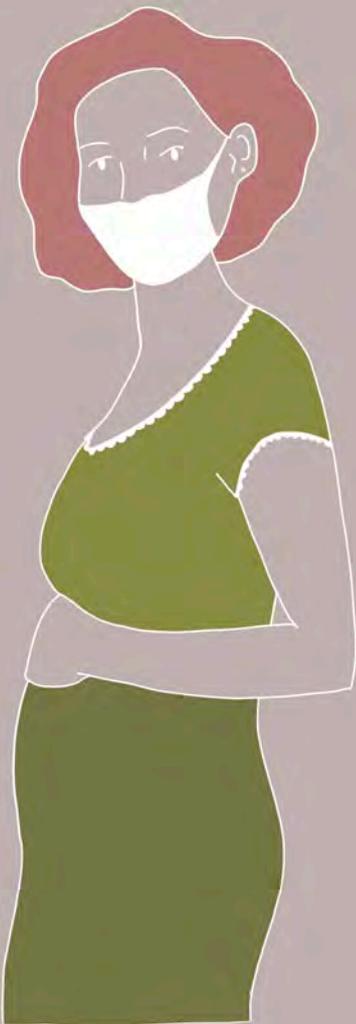
56%

32%

1-12
Schwangerschafts-
woche

13-26
Schwangerschafts-
woche

27.-Geburt
Schwangerschafts-
woche



1. Trimester

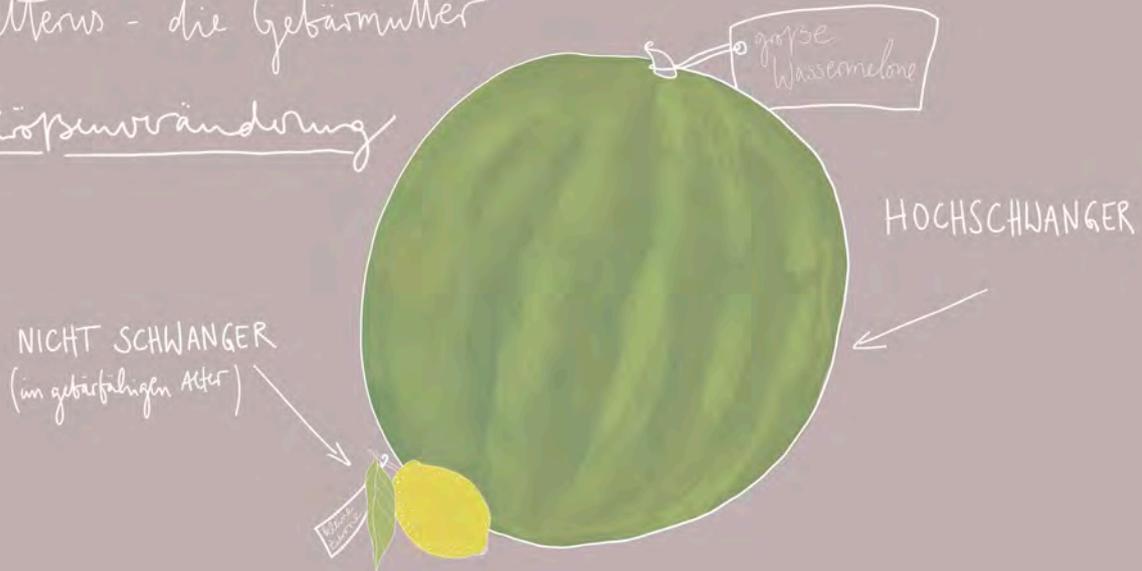
2. Trimester

3. Trimester

Der Körper einer Frau eine Wundermaschine

Der Uterus - die Gebärmutter

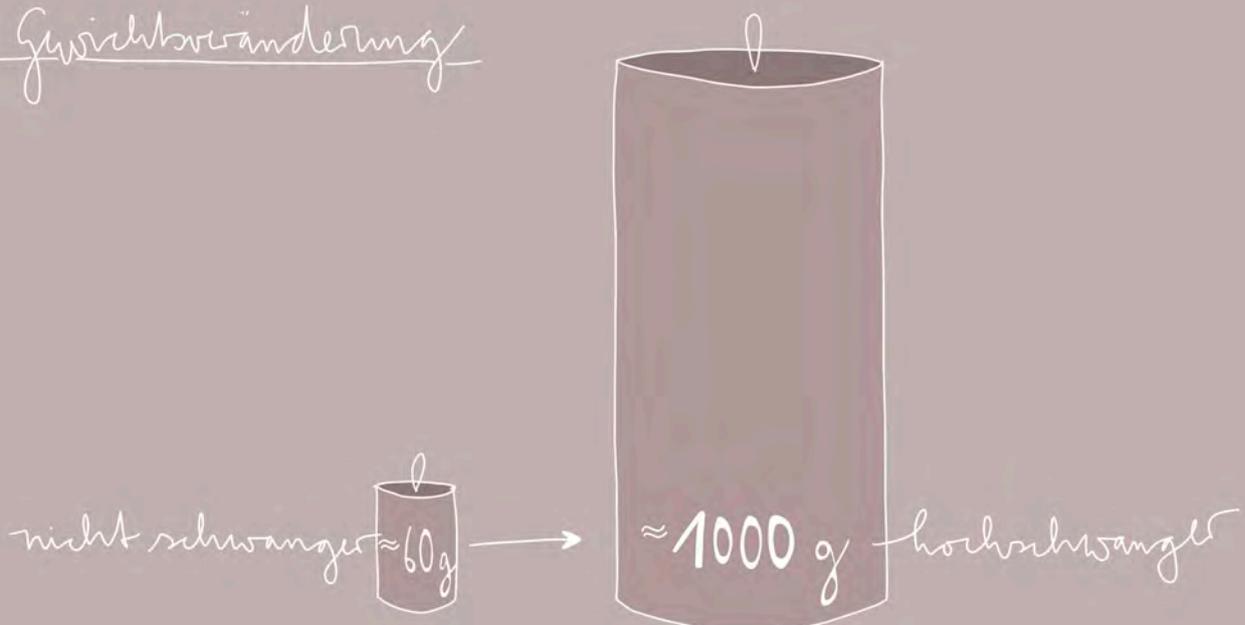
Größenveränderung



Oberflächenveränderung des Gebärmuttermuskels:



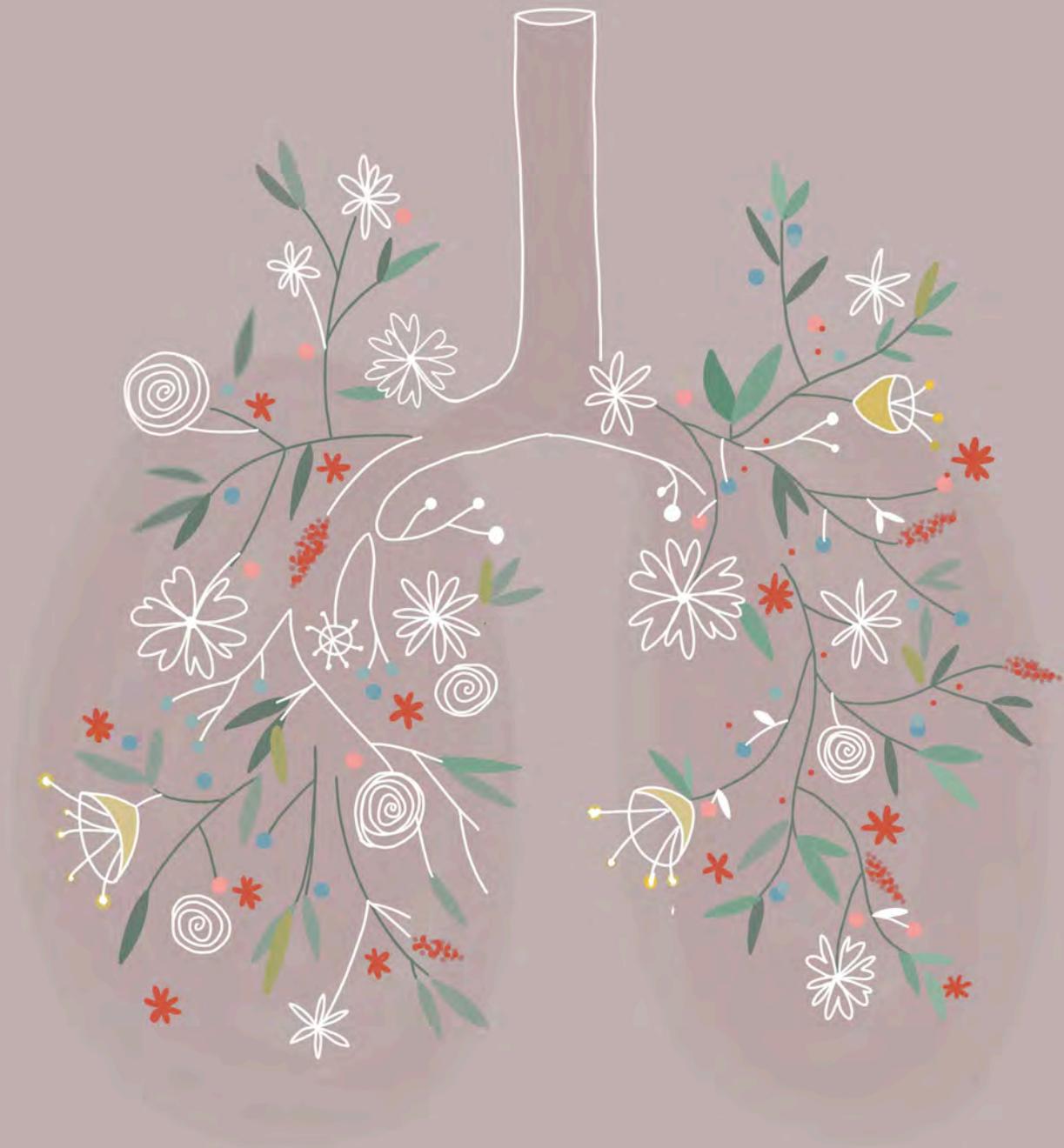
Gewichtsveränderung



A t e m p r o b l e m e

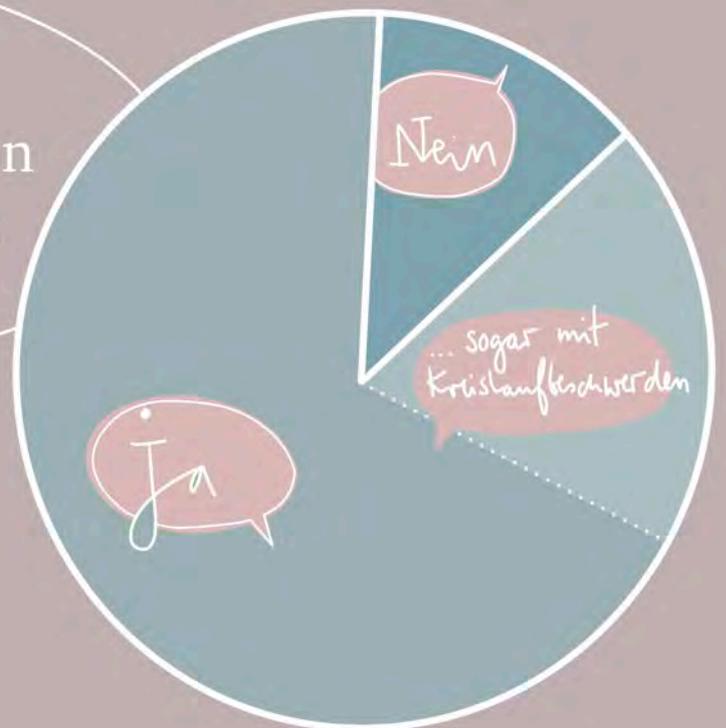


Im ersten Trimester kann Kurzatmigkeit eine Begleiterscheinung der Anpassung des Körpers an die Schwangerschaft sein. Im zweiten Trimenon schiebt die vergrößerte Gebärmutter das Zwerchfell nach oben und häufig geraten die Frauen beim Sport schneller außer Puste und atmen bei Anstrengungen tiefer ein und aus. Das verstärkt sich im letzten Trimester. Erst, wenn sich das Kind gedreht hat und tiefer ins Becken rutscht, lässt der Druck nach und ermöglicht endlich wieder freies Durchatmen.

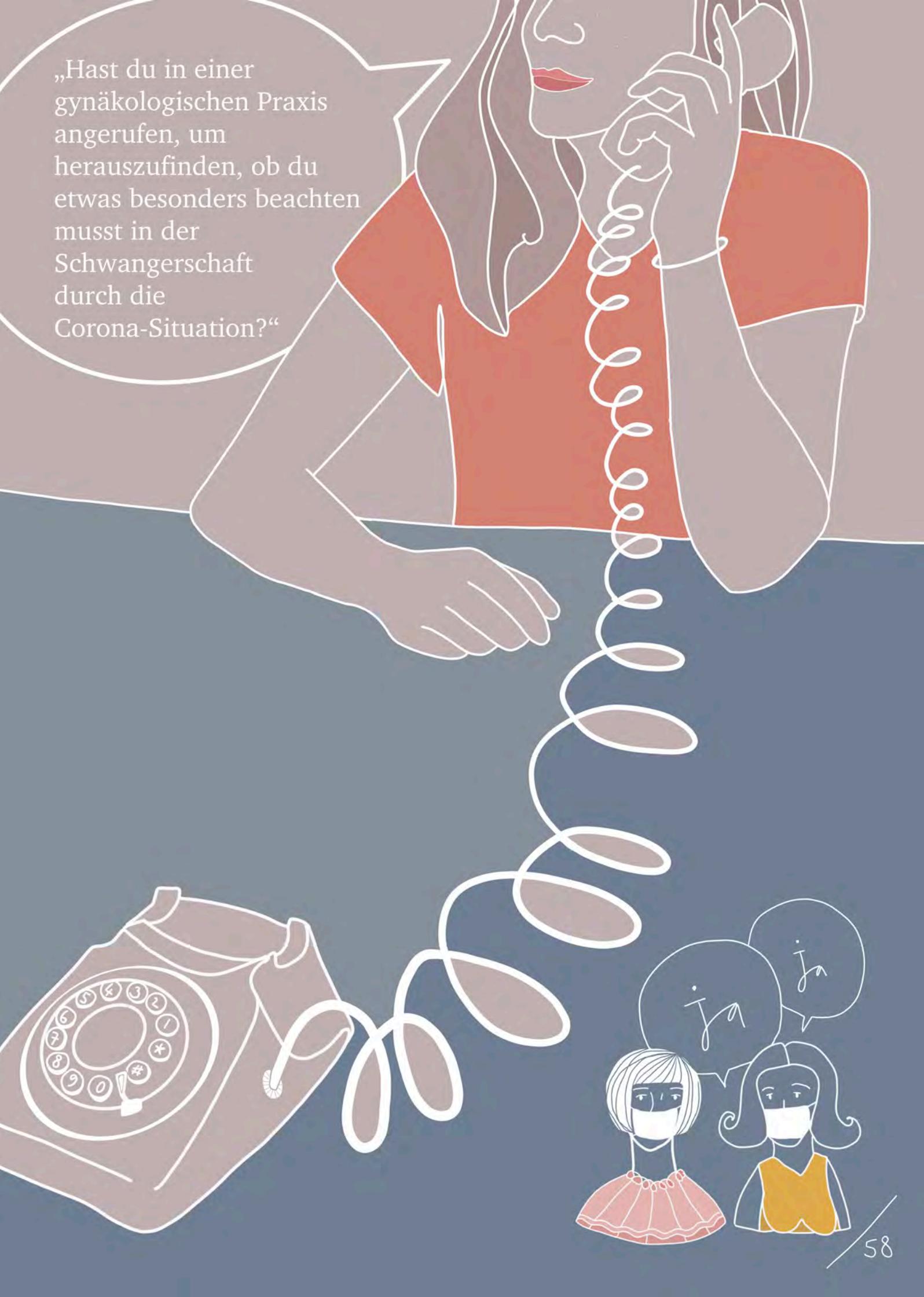




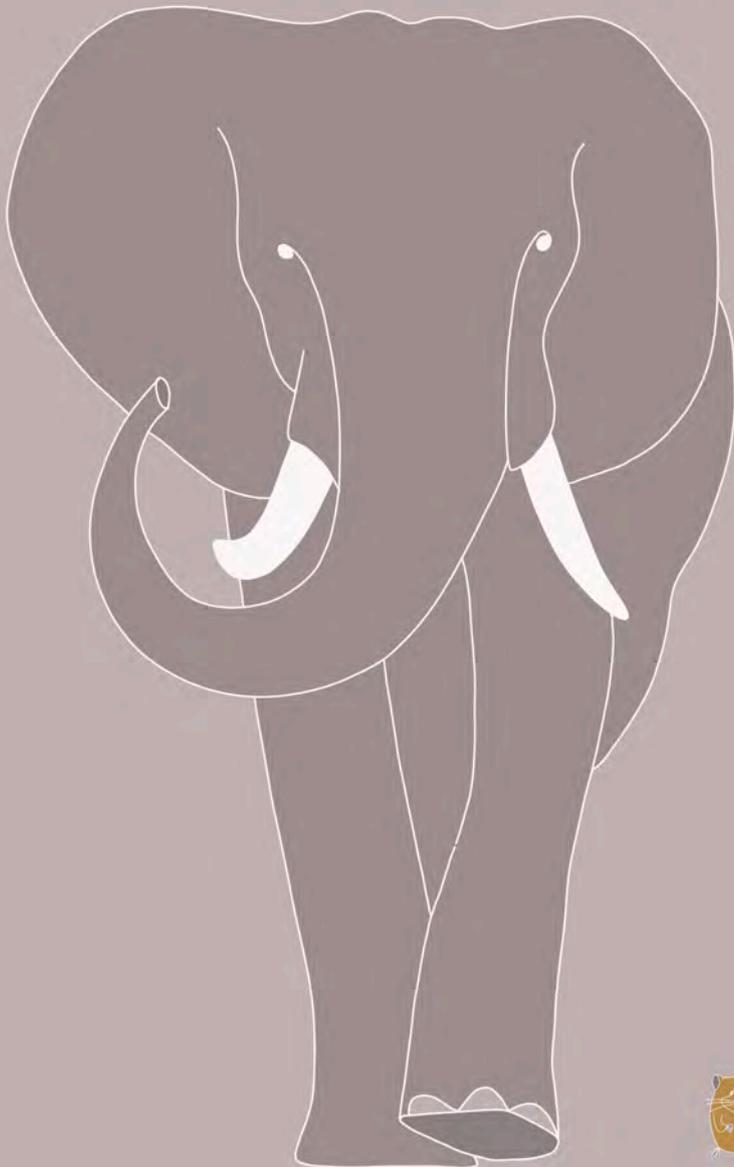
„Verstärkt sich die Atemproblematik, wenn du einen Mundschutz trägst?“

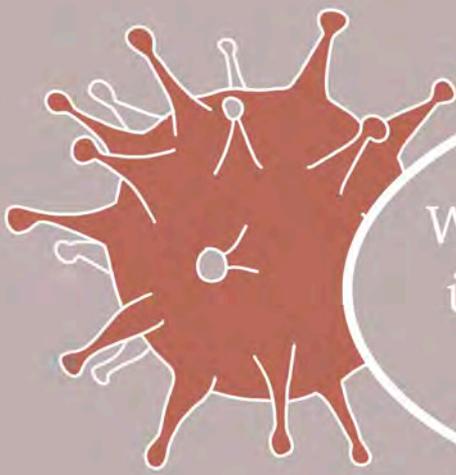


„Hast du in einer gynäkologischen Praxis angerufen, um herauszufinden, ob du etwas besonders beachten musst in der Schwangerschaft durch die Corona-Situation?“

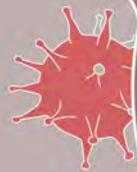


Dauer einer Schwangerschaft beim Menschen im Vergleich mit Elefant & Hamster

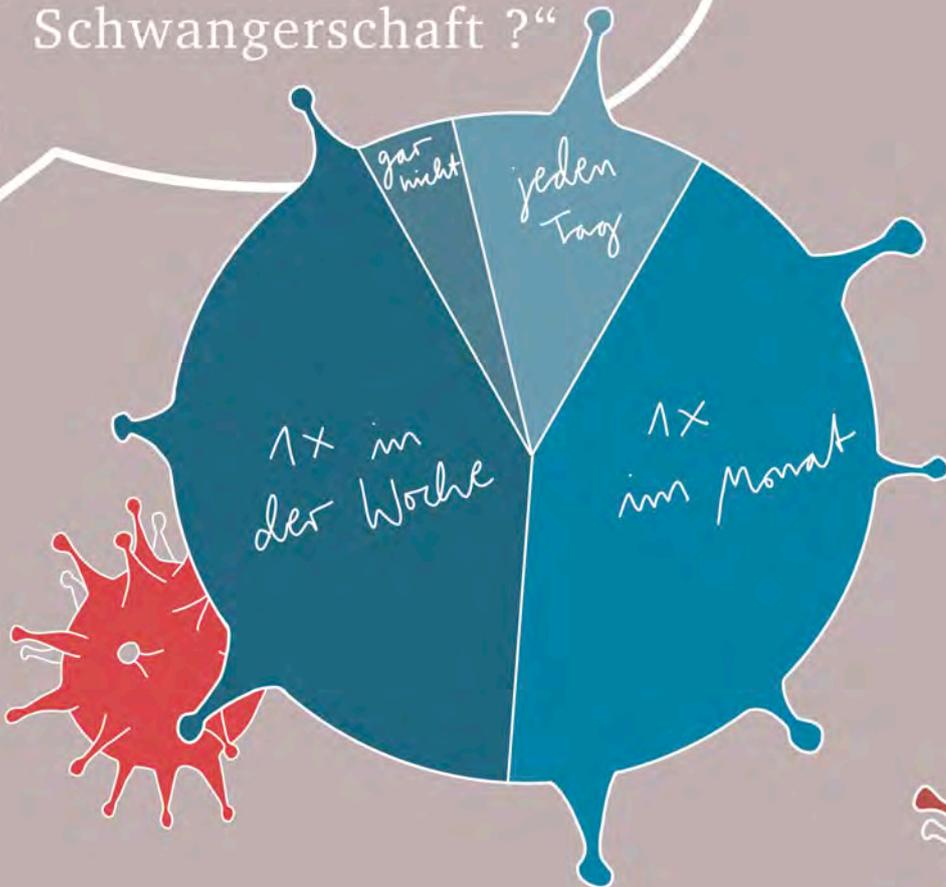
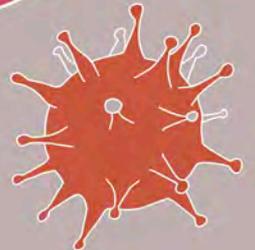




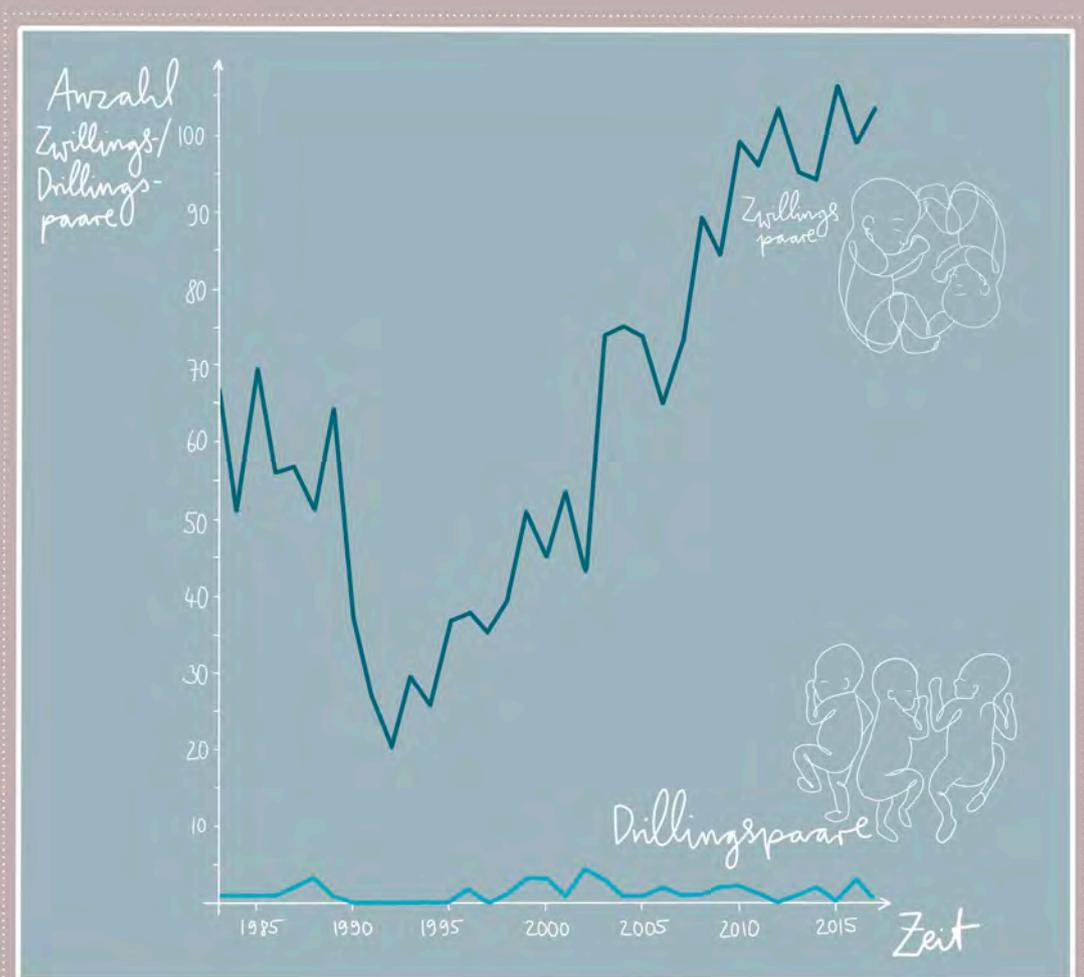
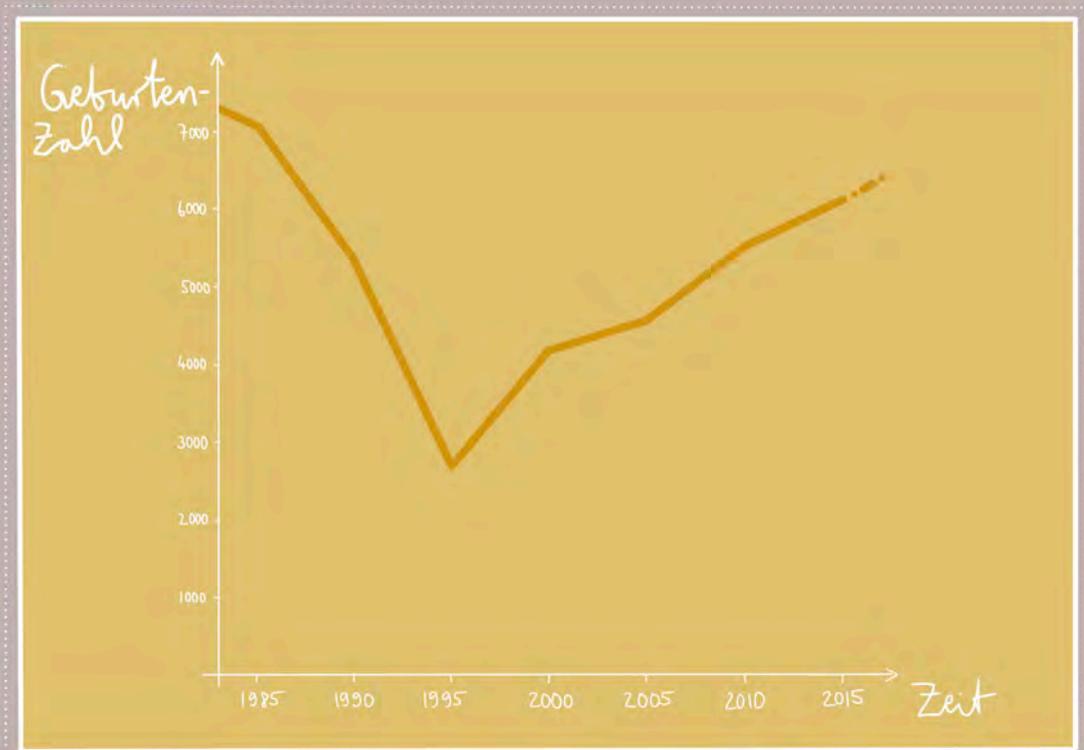
Wie oft informierst du dich über den Corona Virus im Allgemeinen?



„... und über Erkenntnisse bezüglich Corona in der Schwangerschaft?“

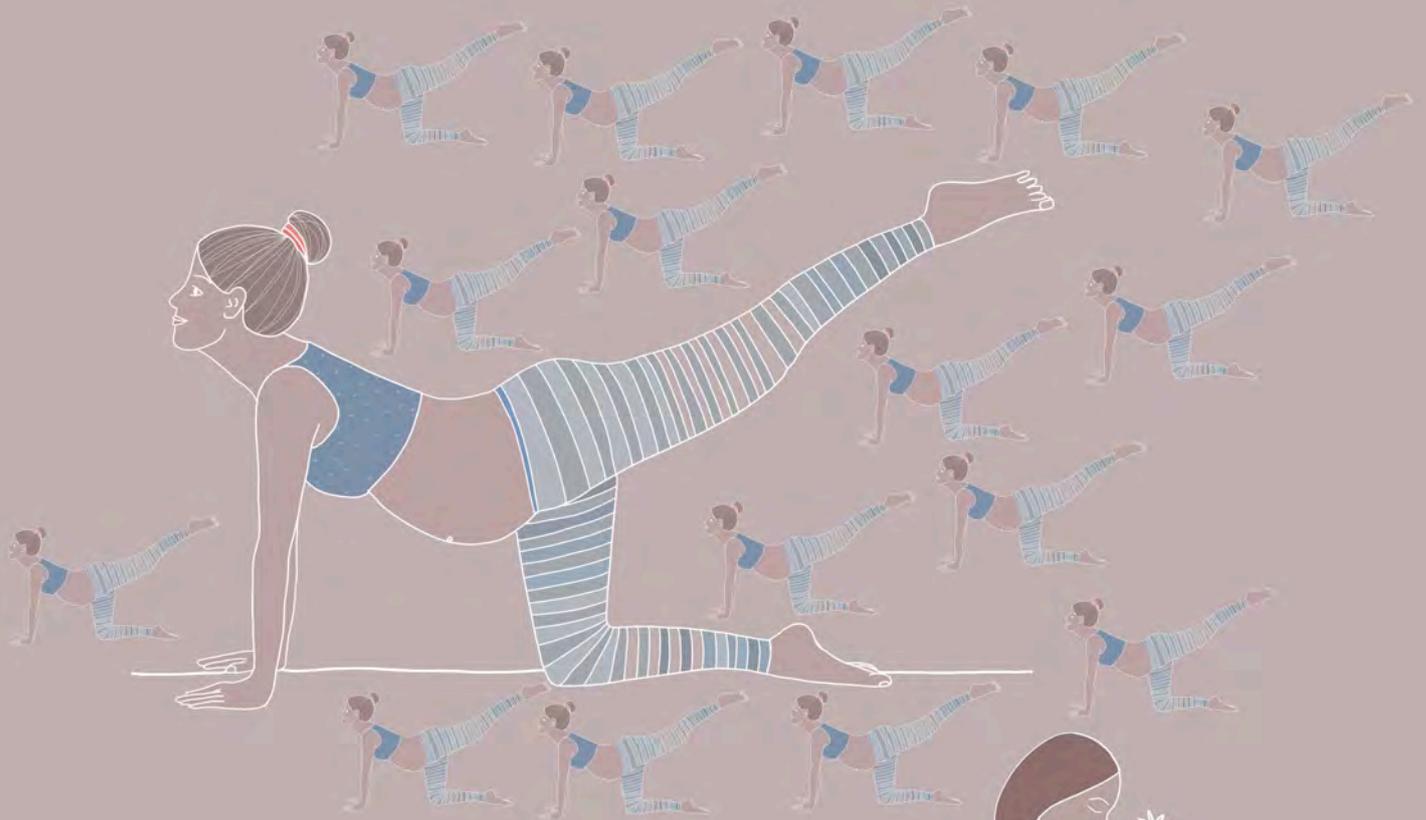


Geburtenzahlen in Dresden



Schwangerschaftskurse, wie Yoga und Gymnastik, können derzeit nicht stattfinden, deshalb...

"...nehmen wir an einem Online-Kurs aktiv teil." $\frac{17}{58}$ Schwangeren



"...richt uns die Bewegung im Alltag."

$\frac{20}{58}$ Schwangeren



"... nehmen wir zwar an einem
Online-Kurs teil, führen ihn aber
nicht aktiv durch."

6/58
Schwangeren



"... führen wir unser
eigenes Fitness-
programm durch."

15/58 Schwangeren

Geburtsvorbereitung

„Wie wichtig ist es dir, an einem Geburtsvorbereitungskurs teilzunehmen?“



„Hättest du die Ausstattung, um an einem Kurs online aktiv teilzunehmen?“



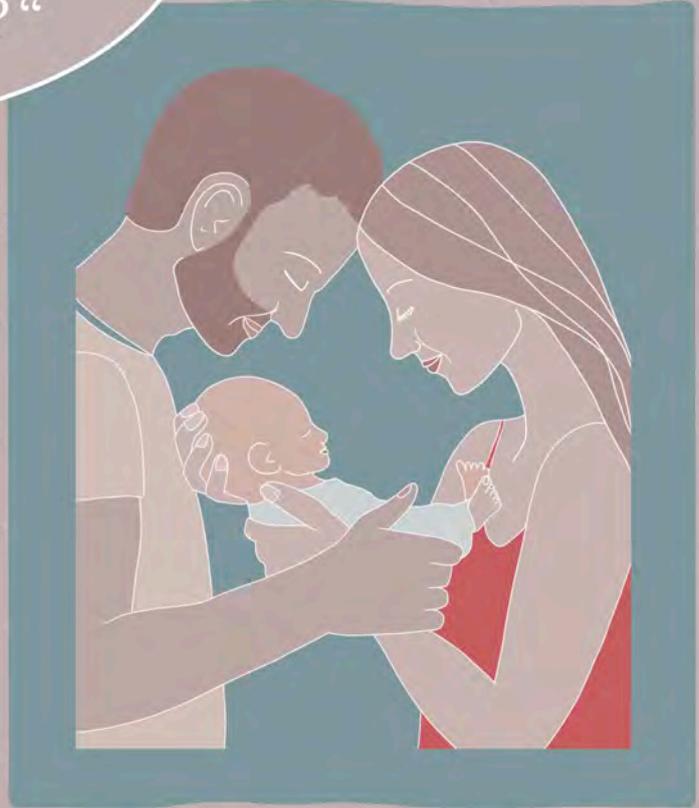
„Würdest du an einem Onlinevorbereitungskurs teilnehmen, wenn kein Kurs vorort stattfinden kann?“



„Wie wichtig ist dir
die Anwesenheit
einer Bezugsperson
bei der Geburt?“

*Außerst
wichtig*

|||



*einigermaßen
wichtig*

||

*Nicht
wichtig*

|||

