



Vorsorge in der Schwangerschaft

Hinweise in Leichter Sprache

Ein Rat-Geber für behinderte und chronisch kranke Eltern

Vorsorge in der Schwangerschaft

Diana Richter und Anja Seidel haben das Heft geschrieben.

Mit Unterstützung von der Bundes-Arbeits-Gemeinschaft der Freien Wohlfahrts-Pflege.

Und der Bundes-Zentrale für gesundheitliche Aufklärung.

Die Bilder sind von Susanne Michel.

Und von der Bundes-Zentrale für gesundheitliche Aufklärung in Köln

Mitarbeiter der Werk-Statt für Menschen mit Behinderungen haben die Leichte Sprache geprüft.

Die Werk-Statt heißt Diakonie am Thonberg Leipzig.

Das Geld für das Heft gaben uns:

- das Sächsische Staats-Ministerium für Soziales und Verbraucher-Schutz
- die Stadt Leipzig

Hier können Sie das Heft bekommen:

Kompetenzzentrum für behinderte und
chronisch kranke Eltern in Sachsen

mail@kompetenz-behinderte-eltern.de

© Leben mit Handicaps e. V.

Reproduktion (auch auszugsweise) nur
mit ausdrücklicher Genehmigung des
Copyrightinhabers.

ISSN 2193-5246

Inhalts-Verzeichnis

Was steht in dem Heft?	6
Schwangeren-Vorsorge.....	7
Pränatal-Diagnostik	11
Nach den Untersuchungen	16
Wichtige Adressen	23
Erklärung von schweren Wörtern	26

Achtung!

Das Heft beantwortet nicht alle Fragen, die Sie haben.

Sprechen Sie auf jeden Fall mit Ihrem Arzt!

Oder sprechen Sie mit einem Berater in einer Schwangeren-Beratungs-Stelle!



1. Was steht in dem Heft?

Sie sind schwanger.

Und bekommen bald ein Baby.

Sie haben viele Fragen dazu.

Zum Beispiel ob das Baby ein Mädchen wird.

Oder ein Junge.

Oder ob es gesund ist.

Vielleicht hat es die gleiche Krankheit wie Sie.

Oder wie Ihr Partner.

In diesem Heft steht, welche Untersuchungen es in der Schwangerschaft gibt.

Ein Arzt kann Sie und das Baby im Bauch untersuchen.

So wissen Sie, ob das Baby gesund sein wird.



2. Schwangeren-Vorsorge

In der Schwangerschaft müssen Sie öfter zum Frauen-Arzt.

Er untersucht Sie.

Ob es Ihnen gut geht.

Ob das Kind in ihrem Bauch normal wächst.

Das ist sehr wichtig.

Oft kann der Arzt auch feststellen, ob das Baby in Ihrem Bauch gesund ist.


Das nennt man Schwangeren-Vorsorge.

Diese Vorsorge macht ein Frauen-Arzt.

Er untersucht Ihr Blut.

Zum Beispiel macht er einen Toxo-Plasmose-Test.

Oder untersucht, ob Sie Diabetes haben.

 Diese beiden Blut-Tests müssen Sie bezahlen.

Der Frauen-Arzt untersucht auch Ihren Urin.

Und er macht eine Ultra-Schall-Untersuchung.



Mit einem Gerät macht er ein Foto aus Ihrem Bauch.



Das Foto sieht er dann auf einem Bild-Schirm.

Der Ultra-Schall wird auf Ihrem Bauch gemacht.

Oder in Ihrer Scheide.

Das Gerät ist wie ein Stab.

Der Arzt macht Creme an den Stab.

Damit streicht er über Ihren Bauch.

Oder schiebt den Stab in Ihre Scheide.

Die Ultra-Schall-Untersuchung tut nicht weh.

Die Untersuchungen zahlt die Kranken-Kasse.

Sie können aber auch zu einer Hebamme gehen.

Hebammen untersuchen Sie.

Und Ihr Kind im Bauch.

Und sie helfen auch bei der
Geburt und danach.



Hebammen machen aber
keine Ultra-Schall-Untersuchung.

Hebammen nehmen sich aber viel Zeit für Sie.

Sie reden viel mit Ihnen über
die Schwangerschaft.

Sie beraten Sie auch über
mögliche Untersuchungen.

Und Sie geben Ihnen gute Tipps.

Zum Beispiel wie Sie sich am besten in
der Schwangerschaft ernähren können.

Oder welchen Sport Sie machen können.



Hebammen besuchen
Sie auch zu Hause.

Die Hebamme kann Sie auch zu
einem Frauen-Arzt überweisen.

Zum Beispiel wenn Sie
gesundheitliche Probleme in
der Schwangerschaft haben.

Sie können auch abwechselnd zu einem Frauen-Arzt und zu einer Hebamme gehen.

Die Kranken-Kasse zahlt beides.

Von Ihrem Frauen-Arzt oder von Ihrer Hebamme bekommen Sie einen Mutter-Pass.



Darin stehen wichtige Informationen.

Zum Beispiel wie Ihr Kind wächst.

Und wie es Ihnen in der Schwangerschaft geht.

Den Mutter-Pass tragen Sie immer bei sich.

Das will ich den Arzt fragen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Pränatal-Diagnostik

Der Arzt kann auch ganz spezielle Untersuchungen vor der Geburt machen.

Da kann er prüfen, ob das Kind bestimmte Krankheiten hat.

Oder eine Behinderung.

Das schwere Wort für diese Untersuchungen heißt Pränatal-Diagnostik.

Diese Untersuchungen können Sie zusätzlich zur Schwangeren-Vorsorge machen lassen.

Zum Beispiel wenn Sie Angst haben, dass Ihr Baby nicht gesund sein wird.

Oder wenn Sie älter als 35 Jahre sind.

Die Ärzte sagen dann, Ihre Schwangerschaft ist eine Risiko-Schwangerschaft.

Das Risiko für einige Krankheiten ist größer.

Zum Beispiel für das Down-Syndrom.

Bei dieser Krankheit kann Ihr Kind Lern-Schwierigkeiten haben.

Ihr Kind braucht mehr Hilfe als andere Kinder.

Aber auch mit der Krankheit kann Ihr Kind ein schönes Leben haben.

Sie müssen die Pränatal-Diagnostik aber nicht machen.

Sprechen Sie am besten mit Ihrem Arzt darüber!

Fragen Sie Ihren Arzt, wann Sie diese Untersuchungen machen sollen!

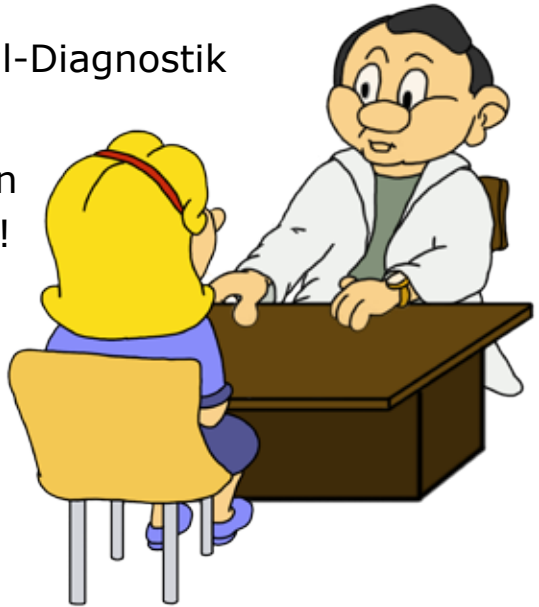
Und ob das bei Ihnen nötig ist.

Es gibt verschiedene Untersuchungen in der Pränatal-Diagnostik.

Einige davon müssen Sie selbst bezahlen.

Es gibt nicht-invasive Untersuchungen.

Nicht-invasiv heißt, der Arzt benutzt Geräte zur Untersuchung nur von außen.



Zum Beispiel bei der Ultra-Schall-Untersuchung.

Eine nicht-invasive Untersuchung heißt Nacken-Transparenz-Test.

Der Arzt untersucht den Nacken von Ihrem Baby.

Dazu macht er eine Ultra-Schall-Untersuchung.

Und schaut sich den Nacken von Ihrem Baby auf dem Bild-Schirm an.

Es gibt noch Blut-Untersuchungen.

Sie heißen Triple-Test.

Oder Erst-Trimester-Test.

Dabei wird Ihnen Blut abgenommen.

Der Arzt untersucht von Ihrem Blut ganz bestimmte Werte.

Damit kann er feststellen, ob das Baby krank sein wird.

Zum Beispiel ob das Baby einen Herz-Fehler hat.

Manchmal sind die Blut-Werte schlecht.

Ihr Baby kann trotzdem gesund sein.

Aber es kann auch wirklich eine Krankheit haben.

Manchmal sind die Blut-Werte gut, aber Ihr Baby ist trotzdem krank.

Das verunsichert viele Frauen.

Darum können Sie noch andere Untersuchungen machen lassen.

Wenn der Arzt sagt, die Untersuchungen sind notwendig, bezahlt das Ihre Kranken-Kasse.

Diese Untersuchungen heißen invasive Untersuchungen.

Der Arzt muss mit einer dünnen Nadel in den Bauch stechen.

Mit der Nadel saugt der Arzt Blut oder Frucht-Wasser aus Ihrem Bauch.

Da gibt es 3 spezielle Untersuchungen.

Das sind 3 schwere Wörter.

- Chorion-Zotten-Biopsie
- Frucht-Wasser-Untersuchung
- Nabel-Schnur-Punktion

Diese Untersuchungen können aber auch gefährlich für Ihr Baby sein.

Ganz selten können Babys im Bauch dadurch sterben.



Sprechen Sie mit Ihrem Arzt
über die Untersuchungen!

Manchmal müssen Sie nicht
gemacht werden.

Lassen Sie sich
gut von Ihrem
Arzt beraten!



Das will ich den Arzt fragen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. Nach den Untersuchungen

Die Ergebnisse der Untersuchungen sind da.

Nun haben Sie Zeit nachzudenken.

Sie können sich überlegen, ob Sie zum Beispiel noch mehr Untersuchungen machen.

Gehen Sie zu einer Beratung!

Zum Beispiel zu einer Schwangeren-Beratung.

Die Berater reden mit Ihnen, wie es in Ihrer Schwangerschaft weitergeht.

Das will ich in der Beratungs-Stelle fragen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Der Arzt hat Ihnen gesagt, dass mit dem Baby etwas nicht stimmt.

Es könnte behindert sein.

Oder eine schwere Krankheit haben.

Bei einigen Krankheiten können Ärzte Ihrem Baby auch schon im Bauch helfen.

Zum Beispiel kann der Arzt das Baby operieren.

Oder Sie müssen Medikamente nehmen.

Aber der Arzt kann leider nicht alle Krankheiten bei dem Baby in Ihrem Bauch heilen.

Das Baby kommt mit dieser Krankheit zur Welt.

Oder mit einer Behinderung.

Manchmal kann der Arzt das Baby sofort nach der Geburt operieren.

Aber das geht nicht immer.

Sie müssen vor und nach den Untersuchungen viel überlegen.

Zum Beispiel ob Sie ein krankes Baby bekommen möchten.

Oder ob das eine zu große
Belastung für Sie sein wird.
Oder wie Ihr Leben mit einem
kranken Kind sein wird.
Dafür gibt es Beratungen.
Zum Beispiel psycho-soziale Beratungen.
Oder Schwangeren-Beratungen.
Oder Schwangeren-Konflikt-Beratungen.
Sie können dort über Ihre
Schwangerschaft reden.
Oder über Ihre Ängste.
Oder ob Sie weitere
Untersuchungen machen
möchten.
Oder was Sie nach einer
Untersuchung machen können.
Ihr Partner kann auch dabei sein.
Oder andere wichtige Menschen.
Das entscheiden Sie.



Es gibt auch Selbst-Hilfe-Gruppen.

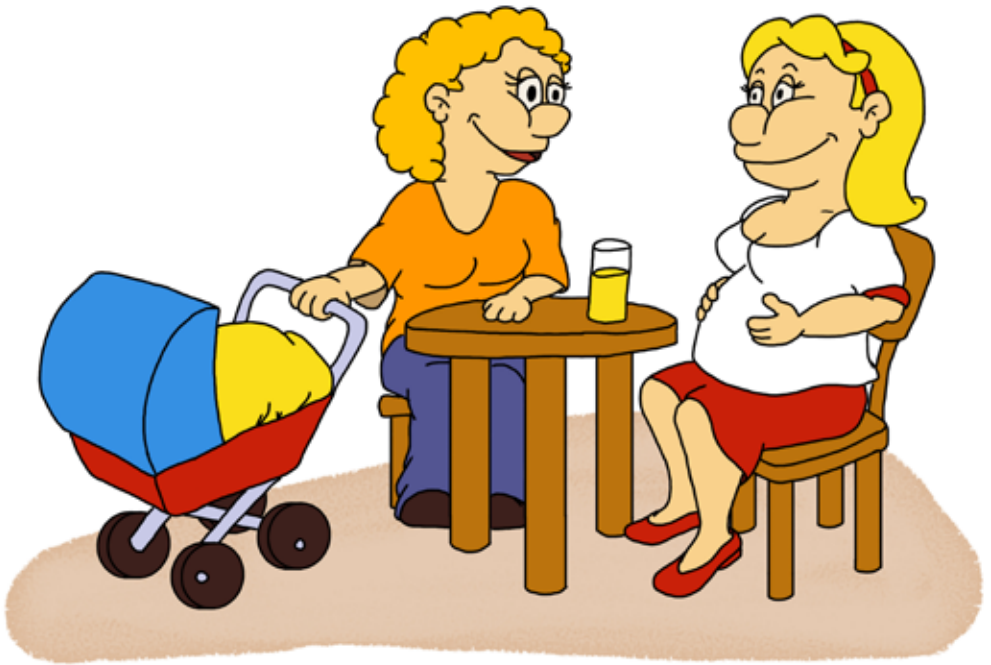
Zum Beispiel gibt es Gruppen für Eltern mit einem behinderten Kind.

Mit diesen Eltern können Sie reden.

Sie erzählen, wie das Leben mit einem behinderten Kind ist.

Und von wem Sie Hilfe bekommen können.

Wichtig ist es, mit andern Menschen zu sprechen.



Sie möchten kein krankes Baby bekommen.

Sie können Ihre Schwangerschaft beenden.

Es ist sehr wichtig, mit einem
Berater zu sprechen.

Er spricht mit Ihnen, warum Sie das
Baby nicht bekommen wollen.

Oder ob Sie das Baby doch wollen,
wenn Sie Hilfe bekommen.

Der Berater erklärt Ihnen, was
der Arzt machen wird.

Er erklärt, wie die Schwangerschaft
beendet wird.

Sie müssen zu Ihrem Frauen-Arzt gehen.

Der Frauen-Arzt gibt Ihnen einen
Schein für die Frauen-Klinik.

Nach dem Abbruch Ihrer Schwangerschaft
haben Sie Zeit zu trauern.

Und sich von dem Baby zu verabschieden.

Manchmal können Sie das Baby beerdigen lassen.

So haben Sie eine Erinnerung an das Baby.

Und Sie können es am Grab besuchen.

Aber das entscheiden Sie.

Und viele Menschen helfen Ihnen dabei.



Sie möchten Ihr Baby bekommen.

Auch wenn es krank sein wird.

Oder behindert.

Sie sollten sich gut auf Ihr Baby vorbereiten.

Holen Sie sich Hilfe dafür!

Zum Beispiel bei einer Schwangeren-Beratung.

Oder bei Eltern mit einem behinderten Kind.

Dafür gibt es auch Selbst-Hilfe-Gruppen.

Zum Beispiel Eltern mit Kindern, die ein Down-Syndrom haben.

Oder Kinder mit einem Herz-Fehler.

Sie bekommen auf jeden Fall viel Unterstützung.

Fragen Sie Ihren Arzt nach Ansprech-Partnern!

Oder Ihre Hebamme.

Auch Erzieher helfen Ihrem behinderten Kind.

Sie unterstützen Ihr Kind bei der Entwicklung.

Und beim Lernen.

Das heißt auch Früh-Förderung.

So kann ein schwer krankes Kind auch ein glückliches Leben führen.

Oder ein behindertes Kind.

Das will ich den Arzt fragen:

.....

.....

.....

.....

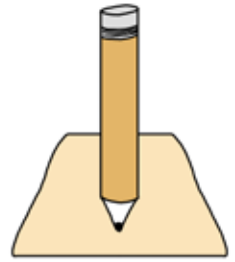
.....

.....

5. Wichtige Adressen

Sie haben noch Fragen?

Hier finden Sie wichtige Adressen.



Bundesarbeitsgemeinschaft der
Freien Wohlfahrtspflege e.V.

Oranienburger Straße 13-14
10178 Berlin

Deutsche Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e.V.

Friedrichstraße 28
35392 Gießen

Bund deutscher Hebammen e.V.

Gartenstraße 26
76133 Karlsruhe

Bundesverband Lebenshilfe e.V.

Raiffeisenstraße 18
35043 Marburg

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
51101 Köln

Bundesverband für Körper- und
Mehrfachbehinderte e.V.

Brehmstraße 5-7
40239 Düsseldorf

Aktion Mensch e.V.

Heinemannstraße 36
53175 Bonn

Interessenvertretung Selbstbestimmt
leben in Deutschland e.V.

Hermann-Pistor-Straße 1
07745 Jena

Arbeitsgemeinschaft Spina Bifida und
Hydrocephalus e. V.

ASBH Bundesgeschäftsstelle
Grafenhof 5
44137 Dortmund

Selbsthilfevereinigung für Lippen-Gaumen-
Fehlbildungen e.V.

Wolfgang Rosenthal Gesellschaft
Hauptstraße 184
35625 Hüttenberg

bbe e.V

Bundesverband behinderter und chronisch
kranker Eltern e.V.

Kerstin Weiß

Lerchenweg 16

32584 Löhne

Arbeitskreis Down-Syndrom e.V.

Information und Beratung in Deutschland

Gadderbaumer Straße 28

33602 Bielefeld

6. Erklärung von schweren Wörtern

Chorion-Zotten-Biopsie:

Der Frauen-Arzt entnimmt einen kleinen Teil vom Mutter-Kuchen.

Der Frauen-Arzt kann damit sehen, ob das Kind richtig wächst.

Oder eine Krankheit hat.

Der Mutter-Kuchen ist ein Gewebe.

Von diesem Gewebe ernährt sich das Baby in ihrem Bauch.

Chromosom:

Das heißt auch Farb-Körper.

Die Chromosomen enthalten Gene.

Die bestimmen wie ein Baby ist.

Oder wie es aussieht.

Erst-Trimester-Test:

Der Test heißt so, weil er in den ersten 3 Monaten einer Schwangerschaft gemacht wird.

Der Arzt untersucht 2 Werte im Blut der Mutter.

Und die Nacken-Falte vom
Baby in Ihrem Bauch.

Frucht-Wasser:

Das ist eine wässrige Flüssigkeit
in der Frucht-Blase.

In der Frucht-Blase liegt das
Baby in Ihrem Bauch.

Der Arzt untersucht das Frucht-Wasser,
wenn das Baby vielleicht krank
oder behindert sein wird.

Früh-Förderung:

Das heißt auch Frühe Hilfen.

Die bekommt ein Kind wenn es behindert ist.

Oder wenn es vielleicht
behindert werden kann.

Zum Beispiel lernt das Kind sprechen.

Oder es macht besonderen Sport.

Gene:

Gene sind der Bau-Plan eines Menschen.

Sie bestimmen, wie ein Mensch aussieht.

Zum Beispiel ob er blaue oder braune Augen hat.

Oder ob er klein ist oder groß.

Oder ob er eine bestimmte Krankheit bekommen wird.

Hebamme:

Sie hilft Frauen die Kinder bekommen.

Sie berät die Schwangere vor der Geburt.

Sie hilft ihr bei der Geburt.

Und sie hilft der jungen Mutter auch nach der Geburt mit dem Baby.

Hormone:

Das sind Signal-Stoffe im Blut.

Zum Beispiel geben sie das Zeichen, dass ein Kind wachsen soll.

Invasiv:

Der Arzt sticht mit einer dünnen Nadel in den Bauch der Schwangeren.

Eine invasive Untersuchung ist zum Beispiel die Frucht-Wasser-Untersuchung.

Mutter-Pass:

Das ist ein Ausweis für die Schwangerschaft.

Darin steht wie es Ihnen und Ihrem Baby geht.

Den Mutter-Pass bekommen Sie von Ihrer Hebamme.

Oder Ihrem Frauen-Arzt.

Nabel-Schnur-Punktion:

Das ist eine invasive Untersuchung.

Der Arzt nimmt Blut aus der Nabelschnur von dem Baby in Ihrem Bauch.

Dazu sticht der Arzt durch Ihre Bauch-Decke.

Nicht-Invasiv:

Der Arzt benutzt die medizinischen Geräte nur von außen.

Zum Beispiel bei der Ultra-Schall-Untersuchung.

Pränatal-Diagnostik:

Pränatal heißt vor der Geburt.

Die Schwangere lässt sich und das Kind im Bauch untersuchen.

Dabei nimmt der Frauen- Arzt
Blut bei der Schwangeren.
Oder er macht einen Ultra- Schall.

Risiko-Schwangerschaft:

Die Schwangerschaft kann
etwas schwieriger sein.

Zum Beispiel wenn die Mutter sehr jung ist.

Oder schon etwas älter.

Oder wenn es in der Familie
schwere Krankheiten gibt.

Oder auch wenn die Mutter krank ist.

Oder wenn das Baby krank ist.

Oder behindert.

Schwangeren-Konflikt-Beratung:

Hier wird die Schwangere beraten.

Wenn sie das Baby nicht haben möchte.

Oder wenn es krank ist.

Oder wenn es behindert sein wird.

Oder wenn die Schwangere
krank oder behindert ist.

Toxo-Plasmose:

Das ist eine Krankheit von Katzen.

Menschen können davon auch krank werden.

Sie haben vielleicht die Krankheit.

Und Sie sind schwanger.

Da kann das Baby behindert werden.

Lassen sie einen Blut-Test machen!

Trisomie 21 oder Down-Syndrom:

Das ist eine Krankheit der Gene.

Die Betroffenen haben das 21.

Chromosom 3 Mal im Körper.

Wer so ein krankes Gen hat
entwickelt sich körperlich und geistig
anders als andere Menschen.

Triple-Test:

Beim Triple-Test werden 3 Hormone im
Blut der Schwangeren untersucht.

Sie müssen den Test selbst bezahlen.

Er ist keine vorgeschriebene Untersuchung.

© Kompetenzzentrum für behinderte und
chronisch kranke Eltern in Sachsen

Reproduktion (auch auszugsweise)
nur mit ausdrücklicher Genehmigung
des Copyrightinhabers.

ISSN 2193-5246