

# Ein anderer Körper

Eine Schwangerschaft krempelt nicht nur das Leben, sondern auch den Körper einer Frau komplett um. Viele Veränderungen sind hormoneller Natur und temporär, manche begleiten uns für immer.

Text Marion Genetti

1 Etwa 90 Prozent aller werdenden Mütter entdecken irgendwann Dehnungsstreifen am Bauch, an den Oberschenkeln, der Hüfte oder an der Brust. Nach einem Jahr ist meist kaum noch etwas davon zu sehen. Komplett verschwinden die Narben allerdings nicht mehr.

2 Glattes Haar ist plötzlich lockig, blonde Locken sind auf einmal dunkler, eine glänzende Mähne ist fade und fettig: Nach der Entbindung pendelt sich der Östrogenspiegel wieder ein und damit in der Regel auch der Haarwuchs – einige Frauen müssen sich tatsächlich dauerhaft auf eine neue Frisur einstellen.

3 In und nach der Schwangerschaft zeigen sich oft großflächige, dunkle Verfärbungen im Gesicht oder an anderen Körperteilen. Sollte sich das Melasma (auch Schwangerschaftsmaske genannt) nicht von alleine zurückbilden, kann es mittels Peeling oder Laser entfernt werden.

4 Untersuchungen der Collaborative Group on Hormonal Factors in Breast Cancer besagen: Frühe Schwangerschaften um das 18. Lebensjahr senken das Brustkrebsrisiko enorm. Mit jeder zusätzlichen Geburt und mit zunehmenden Stillzeiten sinkt es weiter, wobei der Schutz erst nach Ablauf von rund zehn Jahren eintritt, dann aber bestehen bleibt.

5 Das Gerücht, dass Frauen durchs Stillen einen Hängebusen bekommen, hält sich hartnäckig, ist jedoch falsch! Verschiedene Szenarien sind möglich: Die Brüste sind wie vor der Schwangerschaft, sie werden kleiner, sie bleiben gross. Zu welcher Gruppe jemand gehört, hängt von genetischen Merkmalen und dem individuellen Hormonhaushalt ab.

6 Die Befürchtung, dass der Sex nach der Entbindung unbefriedigender wird, ist in der Regel unbegründet. Konsequente Beckenbodengymnastik stärkt die Vaginalmuskulatur. Einige Mütter berichten gar von einem erfüllteren Sexleben.

7 Ob beim Niesen, Joggen oder Trampolinspringen: Etwa 20 Prozent der Frauen klagen nach einer Geburt über Harninkontinenz. Rund die Hälfte davon leidet das restliche Leben darunter. Dagegen hilft nur konsequentes Beckenbodentraining.

9 Eine Schwangerschaft selbst kann keine Allergie auslösen. Es ist jedoch möglich, dass eine Allergie, die bereits zuvor (latent) bestand, erstmals auftritt und bestehen bleibt.

10 Jedes Kind, ein Zahn. Die Volksweisheit hat einen wahren Kern. Eine Studie von Experten unter anderem aus Heidelberg zeigte: Bei Frauen, die einen oder mehrere Nachkommen zur Welt bringen, ist die Wahrscheinlichkeit höher, in der zweiten Lebenshälfte Zähne zu verlieren. Dreifache Mütter haben demnach jenseits der Fünfzig durchschnittlich vier Zähne weniger im Mund als Mütter desselben Alters mit zwei Kindern.

11 Bis zu zwei Schuhgrößen mehr sind nach der Niederkunft keine Seltenheit. Bei den meisten löst sich das Problem, sobald überschüssige Wassereinlagerungen ausgeschwemmt sind. Bei anderen bleibt es bestehen. Der Grund? Durch die vermehrte Belastung der Knochen und Bänder drücken sich Längs- und Querbogen des Fussgewölbes verstärkt durch und die Festigkeit der Konstruktion nimmt ab, so Wissenschaftler von der University of Iowa.

12 Spät Nachwuchs zu bekommen ist gut fürs Gehirn, fanden Forscher der Unis Stanford und Southern California heraus. Sie haben entdeckt, dass Mütter, die ihr erstes Baby mit 35 oder später bekamen, «ein besseres Allgemeinverständnis, höhere Konzentrationsfähigkeit, geschicktere Planungsstrategien und ein besseres Gedächtnis» aufwiesen.

13 Stillen senkt das Endometriose-Risiko beziehungsweise eine bestehende Endometriose wird dadurch natürlich behandelt. Daher haben viele nach der Geburt weniger Menstruationsbeschwerden als vorher.

14 Es gibt Studien, die belegen, dass eine Schwangerschaft dazu führen kann, dass Menstruationsbeschwerden für immer verschwinden. Der Grund: Schmerzrezeptoren werden in der Gebärmutter in Vorbereitung auf die Geburt nachhaltig abgebaut.

16 Der sogenannte Bikini-Schnitt ist so weit unten, dass die meisten Kaiserschnitt-Mamis ihre ohnehin kaum sichtbare Narbe selbst im Schwimmbad gut verbergen können. In seltenen Fällen ist die Naht nach einem Jahr noch wulstig oder sogar eingesunken, sodass eine kosmetische Korrektur notwendig ist.

15 Vor allem ab der zweiten Schwangerschaft kommt es häufig zur Bildung von Krampfadern an den Beinen. In vielen Fällen sind die Gefässe aufgrund der hormonellen Stimulation und des erhöhten Blutdrucks nachhaltig geschädigt und müssen operativ behandelt werden.



Mit fachlicher Unterstützung von Gynäkologin Dr. Friederike Bender, Praxisgemeinschaft Gynhealth in Zürich, und Dermatologin Dr. Ellen Scherrer vom Dermatologischen Zentrum Zürich.

Homöopathie für Kinder



Fieber?  
Husten?



Erhältlich in Ihrer Drogerie oder Apotheke. Dies sind zugelassene Arzneimittel. Lesen Sie die Packungsbeilage.

OMIDA®  
Heilmittel für Kinder  
Omidia AG, 6403 Küssnacht am Rigi  
www.omida-kinder.ch