



Flugreisen in der Schwangerschaft

Für Frauen mit **unkompliziertem** Schwangerschaftsverlauf, die keine gesundheitlichen oder geburtshilflichen Risiken haben, sind nach derzeitigem Wissensstand Flugreisen sicher und für das Kind ungefährlich.

Wichtig zu wissen ist, dass beim Fliegen und in der Schwangerschaft ein erhöhtes **Thromboserisiko** besteht (Blutverklumpung in den Venen) mit dem Risiko einer Lungenembolie (Verstopfung von Blutgefäßen in der Lunge) an der man auch sterben kann. Beim Flug gilt es zu beachten.

- Beine/Füße regelmäßig bewegen, auf „Beinfreiheit“ achten
- ausreichend Trinken
- keine Schlafmittel und keinen Alkohol zu sich nehmen
- Kompressionsstrümpfe Klasse I, bei Krampfadern auch Klasse 2
- ggf. Medikamente zur Vorbeugung einer Thrombose

Während einer Flugreise hat man auch eine **erhöhte Strahlenbelastung**, die ist bei jedem Flug unterschiedlich, Informationen gibt es unter www.gsf.de/epcard. Teilweise ist die Strahlenbelastung aber z.B. in manchen Regionen im Schwarzwald höher, als während einer Flugreise. Eine Bestrahlung von (1mSv) sollte auch durch Vielfliegerinnen nicht überschritten werden, siehe auch unter www.bfs.de.

Gründe, die **gegen** Flugreisen sprechen:

- Schwere Blutarmut, schwere Herz-/Kreislaufkrankungen, Mittelohrentzündung, kürzlich durchgeführte Operationen, frische Knochenbrüche und schwere Flugangst
- Vorzeitige Wehen, Frühgeburtsbestrebungen am Muttermund, Erkrankungen des Mutterkuchens, Blutungen, sonstige Schwangerschaftskomplikationen, vorherige Fehlgeburten, mütterliches Alter < 15 oder > 35 Jahre, Mehrlingsschwangerschaften

Gelegentliche Flugreisen, vor allem im 2. Schwangerschaftsdrittel, sind für gesunde Schwangere und ihr Kind nach derzeitigem Kenntnisstand sicher und ohne negative Auswirkungen auf den Schwangerschaftsverlauf. Vor Antritt der Flugreise ist eine aktuelle Ultraschalluntersuchung zum Ausschluss von Geburtsrisiken wie zum Beispiel Wachstumsverzögerung, sinnvoll