

Reisen während der Schwangerschaft

Gegen Reisen während der Schwangerschaft spricht – nach Rücksprache mit dem Arzt – grundsätzlich nichts. Der optimale Reisezeitpunkt ist zwischen der 12. und der 28. Woche, weil sich Schwangere in dieser Zeit meist am wohlsten fühlen. Ein letzter Urlaub allein als Paar kann für die Partnerschaft sogar sehr bereichernd sein!

Statistisch gesehen sind Autofahrten (wegen möglicher Stöße und Aufpralle) gefährlicher als bei Reisen mit Flugzeug und Bahn. Im letzten Schwangerschaftsdrittel verlangen die meisten Fluggesellschaften übrigens ein ärztliches Attest. Der Mutter-Kind-Pass sollte sowieso immer dabei sein.

Am Urlaubsziel muss für gesunde Nahrung und ärztliche Versorgung gesorgt sein. Ab dem 6. Monat sollte sich ein gut ausgestattetes Krankenhaus in Reichweite befinden. Da bestimmte Impfungen während der Schwangerschaft nicht durchgeführt werden können, sind Reisen z.B. in die Tropen ungünstig.