

## **Rauchen und Schwangerschaft Geburtshilfe am Caritas-Krankenhaus St. Josef rät dringend ab**

Rauchen gefährdet die eigene Gesundheit, das weiß jeder Raucher. Aber Schwangere rauchen für zwei: jede Zigarette ist mit Risiken für das ungeborene Leben verbunden. Dabei ist der Rauchstopp gerade vor, während und nach der Schwangerschaft wichtig für die gesunde Entwicklung des Kindes.

### **Vor der Schwangerschaft**

verringert Rauchen die Fruchtbarkeit von Frau und Mann. Rauchende Männer haben insgesamt weniger Spermien und einen höheren Anteil an missgebildeten Spermien als Nichtraucher. Das hat zur Folge, dass Raucher durchschnittlich länger auf ein Baby warten müssen.

### **Während der Schwangerschaft**

Der Körper der Mutter bietet dem ungeborenen Baby Schutz und versorgt es mit allem, was für seine Entwicklung nötig ist. Im Idealfall zumindest. Das ändert sich, wenn die Schwangere raucht. Wissenschaftler schätzen, dass schwangere Raucherinnen im Durchschnitt 13 Zigaretten am Tag konsumieren. Damit gibt die Mutter ihrem Baby im Übermaß die Gifte weiter, die im Tabakrauch enthalten sind. Über 9 Monate verteilt kriegen ihre Babys somit Schadstoffe aus rund 3640 Zigaretten ab, noch bevor sie ihren ersten Atemzug getan haben.

Die Liste der möglichen Schäden ist lang. Nikotin verengt die Blutgefäße, die das ungeborene Kind mit Nahrung und Sauerstoff versorgen. Da die Durchblutung der Plazenta beeinträchtigt wird, droht dem Ungeborenen eine mangelnde Nährstoff- und Sauerstoffversorgung. Die Folge: Das Kind erhält von beiden zu wenig und bleibt im Wachstum zurück. Das Geburtsgewicht der Kinder von Raucherinnen ist um 200-300 Gramm geringer, als bei Kindern von Nichtraucherinnen. Man spricht von Mangelgeburten, wenn ein Baby zu klein ist. 30-40 Prozent aller Mangelgeburten und bis zu 14 Prozent aller Frühgeburten werden durch Rauchen verursacht. Manchmal schädigt das Rauchen die Durchblutung des Mutterkuchens so gravierend, dass er sich vorzeitig ablöst. Dies führt zu Fehl-, Früh- oder Totgeburten.

Trotz niedrigem Geburtsgewicht verlaufen Geburten bei Raucherinnen oft problematischer als bei Nichtraucherinnen. Das Baby kommt auch häufiger in einem schlechten Zustand zur Welt und braucht kinderärztliche Behandlung.

Herausgegeben vom  
Diözesan-Caritasverband Regensburg e.V.  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

#### **Redaktion:**

Marcus Weigl (verantwortlich)  
Telefon-Durchwahl 0941 5021-145  
Telefax-Durchwahl 0941 5021-245  
presse@caritas-regensburg.de  
Von-der-Tann-Straße 7  
93047 Regensburg  
Telefon-Zentrale (0941) 5021-0  
Telefax-Zentrale (0941) 5021-125  
www.caritas-regensburg.de

#### **Ansprechpartner im Caritas-Krankenhaus St. Josef:**

Susanne Haggemiller  
Assistentin der Geschäftsführung  
Telefon 0941 782-2011  
[shaggemiller@caritasstjosef.de](mailto:shaggemiller@caritasstjosef.de)  
Landshuter Straße 65  
93053 Regensburg

[www.caritasstjosef.de](http://www.caritasstjosef.de)

---

### **Nach der Geburt**

Auch nach der Geburt bleiben Kinder von Raucherinnen starken Gefährdungen ausgesetzt. Nicht nur weil Zigaretten zu Krebs, Herzleiden oder Lungenkrankheiten führen können, sondern weil sie bereits nach der Geburt häufiger am plötzlichen Kindstod sterben. Kinder, die zum Mitrauchen gezwungen sind, schlafen schlechter und haben häufiger Bauchweh, Schwindel, Kopfschmerzen, Husten und Konzentrationsstörungen. Sie sind häufiger krank, neigen zu Allergien, müssen öfter ins Krankenhaus und leiden häufiger unter Bronchitis und Lungenentzündungen. Die Schadstoffe beeinträchtigen auch die Intelligenzleistung und Lernfähigkeit der Kinder. Das ergab eine britische Langzeitstudie.

### **Rauchen und Stillen**

Die Ansichten, was einer rauchenden Stillenden empfohlen werden soll, sind kontrovers. Aber es verändert die mütterlichen Hormone, die die Milchbildung bewirken. Krebserregende Stoffe wie Dioxine, Benzpyrene, Nitrosamine und Schwermetalle gelangen in die Muttermilch. Bei starken Raucherinnen werden reduziertes Saugvermögen des Kindes, Unruhe, Koliken, Erbrechen und eine verminderte Gewichtszunahme beobachtet. In vergleichenden Studien wurde auch festgestellt, dass nichtrauchende Mütter viel motivierter waren und zwar unabhängig vom Sozialstatus.

### **Stopp mit dem Rauchen**

Als „Babyfreundliches Krankenhaus“ der WHO/Unicef-Initiative rät das geburtshilfliche Team des Caritas-Krankenhauses St. Josef: Die Verantwortung für das Baby ist die beste Motivation, mit dem Rauchen aufzuhören. Auch der rauchende Partner spielt eine wichtige Rolle. Die Schwangerschaft ist die ideale Gelegenheit, neue Verhaltensweisen einzuführen. Möglichkeiten gibt es viele, rasch und erfolgreich das Rauchen aufzugeben: z.B. Akupunktur, Hypnose, autogenes Training, Nikotinersatzpräparate, Rauchentwöhnungskurse etc.

„Lassen Sie sich nicht entmutigen, ihr Frauenarzt oder Frauenärztin ist der erste Ansprechpartner,“ rät Isolde Zeitler, Oberärztin der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe im Caritas-Krankenhaus St. Josef.