

# Inhaltsverzeichnis

Geleitwort zur 1. Auflage . . . . .	12
Vorwort zur 1. Auflage . . . . .	14
Vorwort zur 2. Auflage . . . . .	15
<b>I. Anatomie . . . . .</b>	<b>17</b>
<b>1 Knöcherne Anatomie . . . . .</b>	<b>17</b>
1.1 Das Becken . . . . .	17
<b>2 Muskulatur . . . . .</b>	<b>20</b>
2.1 Brust- und Bauchmuskulatur . . . . .	20
2.1.1 Oberflächliche Thoraxmuskulatur . . . . .	20
2.1.2 Bauchmuskulatur . . . . .	21
2.2 Beckenbodenmuskulatur . . . . .	21
2.2.1 Diaphragma urogenitale und Damm-Muskulatur . . . . .	21
<b>3 Eingeweide . . . . .</b>	<b>25</b>
3.1 Bauchsitus . . . . .	25
3.1.1 Intraperitoneale Baueingeweide . . . . .	25
3.1.2 Entwicklung des Urogenitalsystems . . . . .	25
<b>4 Topographie des weiblichen Genitales . . . . .</b>	<b>28</b>
4.1 Äußeres weibliches Genitale . . . . .	28
4.2 Inneres weibliches Genitale . . . . .	28
4.3 Anatomie der weiblichen Brust . . . . .	31
<b>II. Physiologie . . . . .</b>	<b>34</b>
<b>1 Allgemeine Physiologie . . . . .</b>	<b>34</b>
1.1 Physiologische Entwicklungen . . . . .	34
1.1.1 Neugeborenenalter, Kindheit . . . . .	34
1.1.2 Präpubertät – Pubertät . . . . .	34

1.1.3	Adoleszenz – Geschlechtsreife . . . . .	35
1.1.3.1	Typischer Zyklusverlauf nach der Menarche . . . . .	35
1.1.4	Klimakterium und Menopause . . . . .	37
1.1.5	Postmenopause und Senium . . . . .	37
<b>2</b>	<b>Physiologie der Schwangerschaft . . . . .</b>	<b>39</b>
2.1	Entwicklung des Kindes . . . . .	39
2.2	Endokrinologie der Schwangerschaft . . . . .	42
2.3	Körperliche Veränderungen bei der Mutter . . . . .	43
<b>3</b>	<b>Wehenphysiologie und Physiologie des Geburtsbeginns . . . . .</b>	<b>44</b>
3.1	Wehen in der Schwangerschaft . . . . .	44
3.2	Geburtsbeginn . . . . .	44
3.3	Physiologie der Geburt . . . . .	45
3.3.1	Blasensprung . . . . .	45
3.3.2	Geburt . . . . .	45
3.3.2.1	Eröffnungsperiode . . . . .	45
3.3.2.2	Austreibungsperiode . . . . .	48
3.3.2.3	Episiotomie . . . . .	48
3.3.2.4	Nachgeburtsperiode . . . . .	48
<b>4</b>	<b>Schwangeren-Vorsorge und Schwangeren-Überwachung . . . . .</b>	<b>49</b>
4.1	Antepartale Überwachung . . . . .	49
4.2	Intrapartale Überwachung . . . . .	52
4.2.1	Cardiotokographie . . . . .	53
<b>5</b>	<b>Geburtseinleitung . . . . .</b>	<b>55</b>
5.1	Medizinisch indizierte Einleitung . . . . .	56
5.2	Programmierte Geburtseinleitung . . . . .	56
<b>6</b>	<b>Anästhesie in der Geburtshilfe . . . . .</b>	<b>56</b>
<b>7</b>	<b>Gebärhaltung . . . . .</b>	<b>57</b>
<b>8</b>	<b>Beurteilung und Versorgung des Neugeborenen . . . . .</b>	<b>58</b>
<b>9</b>	<b>Das Wochenbett . . . . .</b>	<b>60</b>
<b>10</b>	<b>Stillen . . . . .</b>	<b>61</b>
10.1	Endokrinologie der Laktation . . . . .	61
10.2	Brustveränderungen . . . . .	62
10.3	Mechanismus der Laktation . . . . .	62

10.4	Stillen/Stillhindernisse . . . . .	62
10.5	Abstillen . . . . .	62
<b>11</b>	<b>Mutterschutzgesetze . . . . .</b>	<b>63</b>
<b>III.</b>	<b>Psychologie von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett . . . . .</b>	<b>64</b>
<b>1</b>	<b>Schwangerschaft, eine konflikthafte Erfahrung . . . . .</b>	<b>64</b>
<b>2</b>	<b>Normale psychische Veränderungen in der Schwangerschaft . . . . .</b>	<b>66</b>
2.1	Sexualität während der Schwangerschaft . . . . .	68
<b>3</b>	<b>Normale psychische Veränderungen unter der Geburt . . . . .</b>	<b>69</b>
<b>4</b>	<b>Psychologie des Wochenbetts . . . . .</b>	<b>70</b>
<b>IV.</b>	<b>Pathologie von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett</b>	<b>73</b>
<b>1</b>	<b>Pathologie der Schwangerschaft . . . . .</b>	<b>73</b>
1.1	Pathologie der Frühschwangerschaft . . . . .	73
1.2	Pathologie der Mittleren und der Spätschwangerschaft . . . . .	74
1.2.1	Blutungen . . . . .	74
1.2.2	Spätabort und Frühgeburt . . . . .	75
1.2.3	EPH-Gestose . . . . .	76
1.2.4	Sonstige pathologische Zustände in der Mittleren und Spätschwangerschaft . . . . .	77
<b>2</b>	<b>Pathologie der Geburt . . . . .</b>	<b>81</b>
2.1	Operative Geburtsbeendigung . . . . .	81
2.2	Geburts-traumatische Verletzungen . . . . .	82
<b>3</b>	<b>Pathologie des Wochenbetts . . . . .</b>	<b>84</b>
3.1	Scheiden-Dammverletzungen, Kaiserschnittwunde . . . . .	84
3.2	Uterus, Plazenta, Eihäute . . . . .	84
3.3	Laktierende Brust . . . . .	85
3.4	Symphysenschaden . . . . .	85
<b>4</b>	<b>Psychische und psychosomatische Störungen . . . . .</b>	<b>86</b>

<b>V.</b>	<b>Krankengymnastische Geburtsvorbereitung</b>	89
<b>1</b>	<b>Methodische Entwicklung der Geburtsvorbereitung</b>	89
1.1	Methoden	90
1.2	Anästhesie in der Geburtshilfe	93
1.3	Das geburtsvorbereitende Team: Arzt, Hebamme, Krankengymnastin	94
1.4	Zielsetzungen der Geburtsvorbereitung	95
1.5	Entspannung im Rahmen der Geburtsvorbereitung	98
1.6	Verhalten in der Eröffnungsperiode	100
1.7	Übungsbeispiele aus der Methode „Eutonie“	105
1.8	Übungsbeispiele aus der Progressiven Relaxation nach JACOBSON	107
1.9	Passives Bewegungen zur Entspannung	109
1.10	Ausgewählte Behandlungsformen aus der Atem- und Lösungstherapie nach SCHAARSCHUCH/HAASE: Kopfbehandlung, Abhebeproben am Bein, „Die schnelle Lagerung“	111
1.11	Ruheatemform	114
1.12	Hechelatmung	117
1.13	Verhalten in der Austreibungsperiode	120
1.14	Schwangerschaftsgymnastik	122
1.15	Striae prophylaxe	131
1.16	Sport in der Schwangerschaft	132
1.17	Störungen im Schwangerschaftsverlauf	133
1.18	Organisation von geburtsvorbereitenden Kursen	134
<b>VI.</b>	<b>Krankengymnastik im Wochenbett</b>	140
<b>1</b>	<b>Frühwochenbett</b>	140
<b>2</b>	<b>Ziele der Krankengymnastik bei normalem Wochenbettverlauf</b>	140
2.1	Thrombose-Embolieprophylaxe	141
2.2	Schulung der synergistischen Bauchmuskelspannung	141
2.3	Schulung der Beckenbodenmuskulatur	150
<b>3</b>	<b>Änderungen des krankengymnastischen Behandlungsablaufes im Wochenbett</b>	153
3.1	Schnittentbindung	153
3.2	Dammrisse	154
3.3	Fieber im Wochenbett	154

3.4	Mastitis . . . . .	154
3.5	Internistische Erkrankungen . . . . .	154
3.6	Symphysenschaden . . . . .	154
4	<b>Betreuung des Neugeborenen in der Frauenklinik . . . . .</b>	<b>158</b>
5	<b>Spätwochenbettgymnastik . . . . .</b>	<b>161</b>
<b>VII.</b>	<b>Gynäkologie . . . . .</b>	<b>165</b>
<b>1</b>	<b>Blutungsstörungen, Schmerzsyndrome, Kontrazeption . . . . .</b>	<b>165</b>
1.1	Zyklische Blutungsstörungen . . . . .	165
1.1.1	Oligomenorrhoe . . . . .	165
1.1.2	Polymenorrhoe . . . . .	166
1.1.3	Hypomenorrhoe . . . . .	167
1.1.4	Hypermenorrhoe . . . . .	167
1.2	Amenorrhoe . . . . .	168
1.2.1	Primäre Amenorrhoe . . . . .	168
1.2.2	Sekundäre Amenorrhoe . . . . .	168
1.2.3	Aspekte der Krankengymnastik bei sekundärer Amenorrhoe . . . . .	170
1.3	Nichtzyklische Blutungsstörungen (Metrorrhagien) . . . . .	172
1.3.1	Juvenile Blutungen . . . . .	172
1.3.2	Klimakterische Blutungen . . . . .	173
1.3.3	Postmenopausenblutungen . . . . .	173
1.4	Geschlechtsspezifische Schmerzsyndrome . . . . .	174
1.4.1	Praemenstruelles Syndrom . . . . .	174
1.4.2	Krankengymnastik bei praemenstruellem Syndrom . . . . .	174
1.4.3	Dysmenorrhoe . . . . .	175
1.4.4	Krankengymnastik bei Dysmenorrhoe . . . . .	176
1.4.5	Pelipathie-Syndrom . . . . .	177
1.4.6	Krankengymnastik bei Pelipathie-Syndrom . . . . .	178
1.5	Kontrazeption . . . . .	180
1.5.1	Ovulationshemmer . . . . .	180
1.5.2	3-Monatsspritze . . . . .	181
1.5.3	Intrauterinpeessar . . . . .	181
1.5.4	Basaltemperaturmessung . . . . .	182
1.5.5	Bestimmung der fruchtbaren und unfruchtbaren Tage . . . . .	182
1.5.6	Mechanische Methoden . . . . .	182
1.5.7	Nicht reversible, endgültige Methoden . . . . .	183
1.5.8	Zukunftsperspektiven der Kontrazeption . . . . .	183
1.5.9	Psychosomatische Aspekte der Kontrazeption . . . . .	184
1.5.10	Psychosomatische Aspekte der Sterilität . . . . .	184

<b>2</b>	<b>Lageveränderungen des Genitales und seiner Nachbarorgane . . . .</b>	<b>186</b>
2.1	Retroflexio uteri fixata . . . . .	187
2.2	Senkung des Uterus und der Vagina . . . . .	187
2.2.1	Prolaps des Uterus und der Vagina . . . . .	190
2.2.2	Krankengymnastik bei Senkungen des weiblichen Genitales: Pelvic-reeducation . . . . .	191
2.2.3	Konservative Therapie . . . . .	193
2.2.4	Prae- und postoperative Therapie . . . . .	201
<b>3</b>	<b>Veränderungen am weiblichen Genitale im Klimakterium . . . . .</b>	<b>203</b>
3.1	Aspekte der Krankengymnastik im Klimakterium . . . . .	205
<b>4</b>	<b>Entzündungen im Bereich des weiblichen Genitales . . . . .</b>	<b>207</b>
4.1	Entzündungen der Vulva . . . . .	207
4.2	Entzündungen der Scheide und der Portio . . . . .	207
4.3	Entzündungen der Gebärmutter . . . . .	208
4.4	Entzündungen der Adnexe . . . . .	209
4.5	Geschlechtskrankheiten . . . . .	210
<b>5</b>	<b>Mißbildungen im Bereich des weiblichen Genitales . . . . .</b>	<b>211</b>
<b>6</b>	<b>Tumoren im Bereich des weiblichen Genitales . . . . .</b>	<b>213</b>
6.1	Gutartige Tumoren . . . . .	213
6.1.1	Tumoren im Bereich der Vagina . . . . .	213
6.1.2	Uterus . . . . .	213
6.1.3	Adnexe . . . . .	213
6.2	Bösartige Tumoren . . . . .	215
6.3	Tumoren im Bereich der Brust . . . . .	216
6.3.1	Bösartige Veränderungen im Bereich der Brust . . . . .	216
6.4	Ziele der Krankengymnastik bei Krebspatientinnen . . . . .	219
6.4.1	Allgemeine Überlegungen zum Umgang mit Krebspatientinnen . . . . .	219
6.4.2	Remobilisierung nach der Operation . . . . .	221
6.4.3	Behandlung während der Bestrahlungszeit und Chemotherapie . . . . .	221
6.4.4	Pseudothrombose . . . . .	222
6.4.5	Ischiasbeschwerden . . . . .	222
6.4.6	Krankengymnastische Behandlung nach Mamma-Amputation . . . . .	222
<b>7</b>	<b>Orthopädische Probleme in Gynäkologie und Geburtshilfe . . . . .</b>	<b>233</b>
7.1	Gynäkologie . . . . .	233
7.2	Geburtshilfe . . . . .	233
7.2.1	Symphysenschaden . . . . .	233

7.3	Krankengymnastik bei orthopädischen Problemen in Gynäkologie und Geburtshilfe . . . . .	234
7.3.1	Kreuzschmerzen in der Gynäkologie . . . . .	234
7.3.2	Beschwerden in der Schwangerschaft . . . . .	237
<b>8</b>	<b>Thromboembolische Erkrankungen im Bereich der Geburtshilfe und Gynäkologie . . . . .</b>	<b>239</b>
8.1	Gerinnungsphysiologie . . . . .	239
8.2	Gerinnungsstörungen in der Gynäkologie . . . . .	240
8.3	Gerinnungsstörungen in der Geburtshilfe . . . . .	240
8.4	Aspekte der Krankengymnastik zur Thrombose-Embolie-Prophylaxe . . . . .	240
8.4.1	Passive Maßnahmen . . . . .	244
8.4.2	Aktive Maßnahmen . . . . .	250
8.4.3	Nachbehandlung nach Thrombosen und Embolien . . . . .	253
<b>9</b>	<b>Balneotherapie in der Frauenheilkunde . . . . .</b>	<b>256</b>
9.1	Aspekte der Krankengymnastik in der Balneotherapie . . . . .	258
	<b>Verzeichnis der Abkürzungen . . . . .</b>	<b>260</b>
	<b>Beispiel eines schriftlichen Übungsprogrammes . . . . .</b>	<b>261</b>
	<b>Literaturverzeichnis . . . . .</b>	<b>270</b>
	<b>Sachregister . . . . .</b>	<b>274</b>