

Inhalt

4 **MITTEILUNGEN** des Österreichischen Hebammengremiums

8 **BUNDESGESCHÄFTSSTELLE** und **LANDESGESCHÄFTSSTELLEN** der Bundesländer

SCHWERPUNKTTHEMA: „Die letzten Wochen vor der Geburt“

10 *Josy Kühberger* informiert über **Konzepte**, wie Babys in den letzten Wochen der Schwangerschaft in eine möglichst günstige Startposition gebracht werden können.



16 Die Salutophysiologie von *Verena Schmid* beschreibt die **hormonellen, neurovegetativen und psychosozialen Prozesse** in den letzten Wochen vor der Geburt.

21 Wie die Weichen gestellt werden können für die **Geburts-Bereitschaft**, erläutert *Monika Siller*.



25 **Themenübersicht** der ÖHZ 2017.

30 Welche **Ernährungsempfehlungen** gibt es für die letzten Wochen der Schwangerschaft? *Eli Candussi* hat recherchiert.

35 *Agnes Maier* ist nicht nur Hebamme, sondern auch Poetry Slammerin. Im **Hebammenportrait** erfahren Sie mehr über sie.



38 Die **Zervixreifung** beginnt lange vor dem Geburtsbeginn. In der Rubrik **Aus- und Weiterbildung** geht *Gabriela Winiger* auf die zervikalen Veränderungen ein.

43 In der **Stillrubrik** geht es um die pränatale Kolostrumgewinnung.

45 In der **Steuerrubrik** informiert *Manuela Meyerhofer* über die Absetzbarkeit von Arbeitszimmern.

46 **Bücher**

48 **Veranstaltungen**

52 **Impressum**

Editorial

Liebe Hebammen!

Wir hoffen, das neue Jahr hat gut begonnen für Sie und wird auch weiterhin gut verlaufen. Wir starten jedenfalls mit einem spannenden Thema ins Jahr 2018. Es geht um die letzten Wochen der Schwangerschaft – als wichtige Phase der Vorbereitung auf die Geburt.

In den letzten Jahren wurde immer mehr Wissen zusammengetragen über die physiologischen, dynamischen Prozesse, die Mutter und Kind für den Geburtsbeginn reifen lassen. Einstellungs-, Lageanomalien und Dystokien, die aus Fehlanpassungen und Störungen entstehen, können wir nun besser verstehen und ihnen vorbeugen. Auch die Ernährung kann eine Rolle spielen. Grundlagenwissen finden Sie in den Beiträgen von Verena Schmid, Eli Candussi und Gabriele Winiger. Josy Kühberger und Monika Siller konzentrieren sich mehr auf die praktische Umsetzung, auf Maßnahmen und Übungen.

Wie schon mitgeteilt, gibt es die Nachrichten aus den Bundesländern ab diesem Jahr nicht mehr in der gewohnten Form. Kontakt zu den Landesgeschäftsstellen ist über Online-Kommunikation jederzeit möglich, die Adressen (siehe S. 8) sind weiterhin in jeder Ausgabe der ÖHZ zu finden. In den Mitteilungen des ÖHG erfahren Sie alles Wichtige aus der Standespolitik.

In der nächsten Ausgabe beschäftigt uns die Frage, die Sie sich sicher auch schon gestellt haben: ob und wie sich die Frauen verändert haben. Wir werden Themen aufgreifen von Alleingeburt bis Wunschsectio, von IVF-Schwangerschaften bis kosmetische Operationen.

Nun wünschen wir eine spannende Lektüre und eine gute Zeit!

Herzliche Grüße

Dr.ⁱⁿ Dorothea Rüb, Josy Kühberger MSc, Eli Candussi BSc und Simone Prüß BSc

Redaktionsschluss für die Ausgabe 2/2018 ist der 5.3.2018.