

MEDIENINFORMATION

Greifswald, 2. März 2020

„Fit für Zwei“ - Körperlich aktiv in der Schwangerschaft Unimedizin Greifswald sucht Schwangere für Pilotstudie

Am Institut für Community Medicine der Universitätsmedizin Greifswald (UMG) wird derzeit untersucht, in welchem Umfang Schwangere aus der Region Greifswald körperlich aktiv sind. Für die Pilotstudie der Abteilung Sozialmedizin und Prävention werden Schwangere aus der Region Greifswald gesucht. Frauen, die gerade erfahren haben, dass Sie schwanger oder maximal in der 21. Schwangerschaftswoche sind, können sich daran beteiligen.

„Während Schwangere im Hinblick auf Ernährung eindeutige Empfehlungen erhalten, beäugt man körperliche Aktivität in dieser Lebensphase vielfach immer noch skeptisch. Dabei lohnt es sich, fit zu bleiben oder auch es zu werden, für die Schwangerschaft und für den Verlauf der Geburt“, betonte die Studienleiterin, Professorin Dr. Sabina Ulbricht. „Allerdings fühlen sich bislang zu wenige Schwangere gut darüber informiert, in welchem Umfang und wie intensiv sie sich während der Schwangerschaft bewegen können. Das möchten wir mit unserer Studie ändern.“

Teilnehmerinnen tragen bis zu drei Mal im Verlauf der Schwangerschaft über jeweils sieben Tage ein Gerät an einem flexiblen Gürtel, mit dem Dauer und Intensität der Bewegung aufgezeichnet werden. Jeweils bei Abgabe des Gerätes wird die Frau gebeten, einen Fragebogen auszufüllen und eine Ärztin untersucht das Herz der Probandin per Ultraschall. Ungefähr acht Wochen nach der Geburt des Kindes erfolgt eine abschließende telefonische Befragung. Auf Wunsch wird die Auswertung der Bewegungsaufzeichnungen und der Ultraschalluntersuchungen im Anschluss an die Studie zugesendet. Für die Teilnahme erhalten die Frauen pro Studienzeitpunkt, also maximal bis zu drei Mal, einen Gutschein in Höhe von 30 Euro für das Einkaufszentrum Elisenpark. Interessentinnen können sich in der Woche telefonisch melden unter ☎03834-86 77 32 oder per Mail (sabina.ulbricht@med.uni-greifswald.de).

Foto: Madlén Steinbrückner

Sport tut auch während der Schwangerschaft gut. Sit-ups in der Seitenlage sind beispielsweise ideal zur Geburtsvorbereitung.

Ansprechpartner Universitätsmedizin Greifswald

Abteilung für Sozialmedizin und Prävention

Leiterin: Prof. Dr. phil. Dipl.-Psych. Susanne Wurm

Studienleiterin: Prof. Dr. rer. med. Sabina Ulbricht

T +49 3834 86-77 32

E sabina.ulbricht@med.uni-greifswald.de

Pressesprecher: Christian Arns

T +49 3834 86-52 88

E christian.arns@med.uni-greifswald.de

www.medizin.uni-greifswald.de

www.facebook.com/UnimedizinGreifswald

Instagram/Twitter @UMGreifswald

