

## Fehlgeburt im I. Trimenon

Fehlgeburt im ersten Trimenon sind leider nicht selten. Wenn es sich um eine einmalige Fehlgeburt handelt, liegt es meist an einer Fehlentwicklung des Embryos und nicht an einer Erkrankung der Mutter oder des Paares.

Nach einer Fehlgeburt sollten Sie mit der nächsten Schwangerschaft einige Monate warten, denn zu schnell auf einander folgende Schwangerschaften erhöhen das Risiko einer Frühgeburt. Nutzen Sie die Zeit, um Ihren Gesundheitszustand zu optimieren. Halten Sie sich fit, machen Sie Arztvisiten und Untersuchungen, die Sie vielleicht noch nicht gemacht haben, ernähren Sie sich gesund und versuchen Sie, Ihr ideales Körpergewicht zu erreichen. Hören Sie mit dem Rauchen auf und trinken Sie keinen Alkohol. Nehmen Sie Folsäure ein, noch bevor Sie das nächste Mal schwanger werden. Dies beugt Neuraldefekte beim Ungeborenen vor.

So schaffen Sie die optimalen Voraussetzungen für eine neue Schwangerschaft. Einer Fehlgeburt im ersten Schwangerschaftsdrittel liegt oft eine Chromosomenanomalie oder eine andere genetische Ursache (embryonale Entwicklungsstörungen) zu Grunde.

Haben Sie schon mehrere Fehlgeburten erlitten, spricht man von „habituellem Abort“. In diesem Fall sollten Sie sich einer frauenärztlichen Kontrollvisite unterziehen, um bestimmte Ursachen abzuklären und auszuschließen. Es gibt auch eine eigene Ambulanz für habituelle Fehlgeburt, wo Sie sich in Ihrem Gesundheitsbezirk dafür vormerken können.