

# Kontraindikationen Schwangerschaftsmassage

Eine Massage in einer Schwangerschaft kann sehr hilfreich und wohltuend sein. Allerdings gibt es Momente, in denen eine Massage nicht möglich oder von ihr abzuraten ist.

Zu diesen Kontraindikationen zählen:

- akute Entzündungen und Infektionskrankheiten
- Gefäßerkrankungen (Thrombose, Venenentzündungen)
- Entzündungen der Haut
- frische Verletzungen (Muskelzerrung, Prellungen, Frakturen etc.)
- Erkrankung der Knochenhaut, des Knochens, Osteoporose
- Tumorpatienten
- Herzerkrankungen
- Wirbelsäulenoperationen
  
- Blutiger Ausfluss, Fruchtwasserverlust
- Anhaltender Bauchschmerz, Frühwehen
- Plötzliche, starke Gewichtszunahme, Ödeme am ganzen Körper
- Erhöhter Blutzucker, Protein oder Zucker im Urin
- Starke Rückenschmerzen, die auch bei Positionswechsel bestehen bleiben
- Starke Kopfschmerzen, Sehstörungen, Benommenheit, Schwindel
- Starke Übelkeit und Erbrechen, allg. Unruhe
- Exzessiver Hunger und Durst, übermäßig häufiger Harndrang

## Risikoschwangerschaften:

- Eileiterschwangerschaft
- Plazenta- oder Muttermundfehlfunktionen
- unbehandelter Diabetes
- Unbehandelte Blasenentzündung
- Hyperemesis Gravidum (anhaltendes Schwangerschaftserbrechen)
- Praeklampsie (Bluthochdruck/Ödeme/Proteinurie)
- Eklampsie (Krampfanfälle)

**Bei Unklarheiten halte bitte mit deiner Hebamme und/oder Arzt/Ärztin Rücksprache!**

**Für weitere Fragen stehe ich dir gerne zur Verfügung und freue mich dich in meiner Praxis zu sehen.**