

## Hintergrundinformation

*Wie wir leben, was wir essen, wo wir arbeiten, welche Krankheiten wir schon einmal hatten oder derzeit haben, wohin wir verreisen, welchen Sport wir treiben – das sind Faktoren, die in der Schwangerschaft plötzlich enorme Bedeutung annehmen.*



BabyCare ist ein einmaliges und umfassendes Vorsorge-Programm, das sich ganz konkret und sehr verständlich mit allen Dingen befasst, die auf eine Schwangerschaft einwirken – ob positiv oder negativ. Das Ziel von BabyCare ist es, durch Aufklärung und Information sowie durch die fundierte Analyse persönlicher Lebensgewohnheiten mögliche Schwangerschaftsrisiken aufzuzeigen, damit werdende Mütter diese selbst verringern und bestenfalls ganz vermeiden können. Trotz vielfältiger Verbesserungen der medizinischen Möglichkeiten ist die Frühgeburtenrate in Deutschland seit einigen Jahren sogar angestiegen. Nachgewiesenermaßen sind zu früh geborene Kinder teilweise bis ins Erwachsenenalter hinein anfälliger für Krankheiten – eine Spätfolge, die durch eine gesünder verlaufene Schwangerschaft hätte vermieden werden können.

### Die Bausteine des Programms

#### Das Handbuch

Ein überaus kompetenter, übersichtlich und modern gestalteter Ratgeber, der vom ersten Tag der Schwangerschaft bis zu den erlebnisreichen Wochen mit dem Neugeborenen ein wertvoller Begleiter ist. Die Informationen, die in diesem Band enthalten sind, können in vielen Situationen eine wertvolle Entscheidungshilfe sein.

#### Der persönliche Fragebogen

Wer den persönlichen Fragebogen ausfüllt und im mitgelieferten Kuvert per Post einsendet, erhält innerhalb weniger Zeit ein persönliches Gesundheitsprofil. Es enthält konkrete Empfehlungen und ist Teil des BabyCare Standardpakets.

Für Rückfragen und weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Dr. Renate Kirschner  
**FB+E**  
Forschung, Beratung + Evaluation GmbH  
in Medizin, Epidemiologie,  
Gesundheits- und Sozialwesen

Charité Frauenklinik CVK  
Augustenburger Platz 1  
13353 Berlin  
Tel.: +49 30 - 4 50 57 80 22  
Fax: +49 30 - 4 50 57 89 22  
Mobil: +49 171 - 713 48 17  
kirschner@fb-e.de  
www.baby-care.de  
www.planbaby.de

## Die Ernährungsanalyse für Frauen und Männer

Die Analyse ist Bestandteil des Fragebogens für Schwangere. Da jedoch die Ernährung nicht nur für Schwangere, sondern für alle Menschen von größter Bedeutung ist, bieten wir die Ernährungsanalyse auch unabhängig vom BabyCare Vorsorgeprogramm allen Frauen und Männern an.

## Das Tagebuch

Das BabyCare Tagebuch ist so klein und handlich wie ein Mutterpass. Es soll die werdende Mutter Tag für Tag durch 42 Wochen begleiten. Es können Termine mit dem Frauenarzt eingetragen oder die Entwicklung des Kindes dokumentiert werden.

## Die Rezeptbroschüre

Die BabyCare Rezeptbroschüre ist im Rahmen des BabyCare-Programms in Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Rostock für eine nährstoffoptimierte Ernährung entwickelt worden. Die Broschüre hilft werdenden Müttern gezielt, sich vor und während der Schwangerschaft gesünder zu ernähren. Im Mittelpunkt dieser ausgewogenen, gesunden Ernährung stehen die vier Mikronährstoffe Folsäure, Eisen, Jod und Calcium: Die so genannten „kritischen Vier“. Bei den Rezepten handelt es sich um Nahrungsmittelzubereitungen, die eine optimierte Versorgung nicht nur mit den genannten, sondern mit allen Mikronährstoffen ermöglichen.

## Die Musik CD

Über das Programm hinaus gibt es in der Edition BabyCare auch eine Musik CD. Die positive Wirkung beruhigender Musik auf den Verlauf von Schwangerschaft und Geburt sowie die Entwicklung des Kindes sind wissenschaftlich nachgewiesen.

---

## RÜCKANTWORTFAX an **FB + E**

**+49 30 – 32 503 604**

- Ja, ich möchte das **BabyCare Informationspaket** zugeschickt bekommen
- Ja, ich möchte das **planBaby Informationspaket** zugeschickt bekommen
- Ja, ich möchte die **BabyCare Rezeptbroschüre** zugeschickt bekommen
- Ja, ich möchte die **Edition BabyCare Musik CD** zugeschickt bekommen
- Ja, ich möchte das Buch „**TrophoTraining® - So fühle ich mich wohl!**“ zugeschickt bekommen
- Bitte rufen Sie mich an, ich möchte Sie besuchen.
- Bitte streichen Sie mich aus Ihrem Verteiler.

Name.....

Redaktion.....

Anschrift.....

.....

Telefon..... Fax.....

Mail.....

Für Rückfragen und weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Dr. Renate Kirschner  
**FB+E**  
Forschung, Beratung + Evaluation GmbH  
in Medizin, Epidemiologie,  
Gesundheits- und Sozialwesen

Charité Frauenklinik CVK  
Augustenburger Platz 1  
13353 Berlin  
Tel.: +49 30 - 4 50 57 80 22  
Fax: +49 30 - 4 50 57 89 22  
Mobil: +49 171 - 713 48 17  
kirschner@fb-e.de  
www.baby-care.de  
www.planbaby.de