



Wehen auslösen

Wie kann man am einfachsten **Wehen auslösen**? Sie sind dem errechneten Geburtstermin schon sehr nahe gekommen oder haben den Termin bereits überschritten? Der Bauchumfang hat jetzt seinen maximalen Umfang erreicht, Sie fühlen sich schwer und ungenau und wollen nur noch eines: Ihr Baby endlich in Händen halten und sich wieder normal bewegen und schlafen können.

Was kann Wehen auslösen?

Bis heute weiß man nicht genau, was oder wer den Startschuss zum Beginn der **Wehen** gibt. Ob es das Baby selbst ist oder ob ein anderer Faktor dafür verantwortlich ist - jedenfalls gibt es viele Meinungen und Ratschläge, wie man **Wehen auslösen** kann.

Durch Sex Wehen auslösen

Beim Sex wird von der Frau das Hormon Oxytocin ausgeschüttet, was zu Kontraktionen der Gebärmutter führen kann. Das Sperma des Mannes enthält Prostaglandine, Hormone, die auch bei einer durch den Arzt eingeleiteten Geburt durch Medikamentenverabreichung Anwendung finden.

Mit dem „Wehencocktail“ Wehen auslösen

Zahlreiche „Rezepte“ für so genannte **Wehencocktails** kursieren unter Schwangeren. Fragen Sie am besten Ihre Hebamme, sie hat mit dieser Art, Wehen auszulösen, vielleicht schon Erfolge erzielt. Abzuraten ist jedoch von Selbstversuchen!

Mittels Fußreflexzonen-Massage Wehen auslösen

Manche Hebammen, Frauen und Masseur schwören auf die Möglichkeit, mittels Stimulation bestimmter Punkte an den Füßen der Schwangeren Wehen auslösen zu können.

Wehen auslösen mit Bewegung

Treppen steigen, in raschem Tempo marschieren oder mit dem Auto über eine holprige Straße fahren - bei einigen Frauen löst aktive oder passive Bewegung Wehen aus, andere mühen sich vergeblich.

Eingeleitete Geburt - Wehen auslösen im Krankenhaus

Sind Sie am oder über dem errechneten **Geburtstermin** und besteht Gefahr, dass Ihr Kind durch die alternde Plazenta nicht mehr ausreichend versorgt werden kann, wird der Facharzt **die Geburt** nach einer eingehenden Untersuchung einleiten. Eine Auslösung von Wehen durch den Arzt wird ebenfalls notwendig, wenn der Geburtstermin um 14 Tage überschritten ist oder die Fruchtblase springt und eine gewisse Zeit danach noch immer keine Wehen eingesetzt haben.

Autor: Redaktion / Sabine

 [Wehen auslösen.docx \[14 KB\]](#)/span>

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ [Wie merke ich eigentlich, dass die Geburt beginnt?](#)
- ▶ [Blasensprengung vor der Geburt](#)
- ▶ [Wehencocktail](#)

[zum Artikel Wehen auslösen](#)