



Reisen während der Schwangerschaft

Das **Reisen während der Schwangerschaft** ist eine gute Gelegenheit um vor der Geburt des Babys noch ein paar schöne und erholsame Tage zu verbringen. Dies kann man entweder mit dem Partner tun oder auch mit Mutter, Freundin oder Schwester. Nur allein sollte man nach Möglichkeit nicht in der Schwangerschaft verreisen. Dies ist kann zum einen sehr langweilig werden, zum anderen kann eine Begleitperson in schwierigen Momenten stützend und hilfreich der werdenden Mutter zur Seite stehen.

Das **Reisen während der Schwangerschaft** ist zudem eine sehr gute Gelegenheit um Hektik und Stress des Alltags hinter sich zu lassen. Dabei stehen Erholung, Ruhe und Entspannung bei den meisten Frauen als Kriterien für den Urlaub in der Schwangerschaft ganz oben auf der Wunschliste. Aber auch Komfort, ein breites Angebot an Beauty, Sport und Wellness sowie eine schöne Umgebung gehören zu den Auswahlkriterien bei der Suche nach dem passenden Urlaubsdomizil. Bei der Recherche im Internet stößt man sehr schnell auf die New Life Hotels, sucht man passende Angebote für Reisen während der Schwangerschaft.

Die besten Adressen für eine Reise während der Schwangerschaft

Zu den New Life Hotels gehören ganz verschiedene, erstklassige Hotels in Deutschland, Österreich und Italien. Sie alle, ermöglichen ihren Gästen einen wunderschönen, unvergesslichen Urlaub in der Schwangerschaft. Dabei kennt und berücksichtigt man die Wünsche, Bedürfnisse und besonderen Anforderungen ganz genau. Kompetente Beratung bei Wellnessanwendungen, eine vitaminreiche und gesunde Küche, passende sportliche Aktivitäten für Schwangere und deren Begleitung, aber auch viel Freiraum für die persönliche Entfaltung macht den Urlaub in einem New Life Hotel aus. Doch bereits bevor man am Urlaubsziel seiner Wahl ankommt, trägt eine umfangreiche Planung dazu bei, das **Reisen während der Schwangerschaft** so angenehm wie möglich zu gestalten.

Wann sollten Schwangere am besten reisen?

Der ideale Zeitraum zum Reisen in der Schwangerschaft ist das zweite Schwangerschaftsdrittel. In der Regel sind Frauen in dieser Zeit am aktivsten, und fühlen sich sehr wohl. Die Beschwerden der frühen Schwangerschaftsphase sind überwunden und der Geburtszeitpunkt ist noch weit genug entfernt. Ein Gesundheitscheck beim Frauenarzt kann zusätzlich dazu beitragen, dass man sicher sein kann, dass Mutter und Baby fit zum Reisen während der Schwangerschaft sind. Auf eine Reise in ein fernes, exotisches Land sollte man aufgrund eines erhöhten Infektionsrisikos in der Schwangerschaft lieber verzichten. Auch ein langer Flug kann mitunter sehr anstrengend werden. Möchte man dennoch fliegen, sollte man sich bei der gewählten Fluggesellschaft genau erkundigen bis zu welchem Schwangerschaftsmonat eine werdende Mutter den Flug antreten darf. Mitunter kann man problemlos das Ticket kaufen, anschließend wird aber der Zutritt zum Flugzeug beim Boarding verweigert.

Wie bei sehr vielen Dingen gilt auch beim Reisen während der Schwangerschaft: gut ist, was gut tut. Das heißt, dass man auf sein Inneres hört und sich nicht zu viel zumutet. Die Buchung eines Nichtraucherabteils bei einer Zugfahrt ist ebenso sinnvoll, wie regelmäßige Pausen bei einer Autofahrt. Ins Handgepäck gehören zudem kleine, gesunde Knabbereien und Getränke für unterwegs, der Mutter-Kind-Pass sowie eine gut sortierte Reiseapotheke für Notfälle. **Reisen während der Schwangerschaft** sollte nicht zu einem Besichtigungs- und Ausflugsmarathon ausarten. Entspannung und Gelassenheit sind angesagt. Nehmen Sie sich Zeit für sich und ihren Partner. So kommt man gut gestärkt, für die letzten Wochen der Schwangerschaft und für die Geburt, aus dem Urlaub zurück.

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ [Video Reisen in der Schwangerschaft](#)
- ▶ [Babywellnesshotel](#)
- ▶ [Frühschwangerschaft](#)

[zum Artikel Reisen während der Schwangerschaft](#)