



Harndrang in der Schwangerschaft

Als Nicht-Schwangere hätten Sie es wahrscheinlich kaum für möglich gehalten, wie oft jemand, der schwanger ist, das „stille Örtchen“ aufsuchen muss. Meistens kurz nachdem Sie schwanger geworden sind, werden Sie bemerken, dass Sie wesentlich öfter zur Toilette gehen müssen, weil die Blase drückt, als zuvor. Wundern Sie sich darüber nicht, das ist völlig normal, und darauf zurückzuführen, dass Ihr kleiner Zwerg, den Sie bei sich im Bauch tragen, an Größe und Gewicht zunimmt und je nach Lage einmal mehr, und einmal weniger auf Ihre Blase drückt. Mit der Größe Ihres Kindes nimmt auch die Menge an Blut und anderen Körperflüssigkeiten in Ihrem Körper zu. Hinzu kommt noch, dass Ihre Nieren auf Hochtouren arbeiten, um Abfallstoffe auszufiltern und schwupp die wupp befinden Sie sich schon wieder auf der Toilette. Dies ist nicht bei allen werdenden Müttern so, da die Organe bei jedem Menschen anders funktionieren, aber bei 95% aller werdenden Mütter trifft diese „Problematik“ zu.

Häufiger Harndrang in der Schwangerschaft

Vor allem in den ersten 3 Monaten ist der **häufige Harndrang** zu bemerken, was den Hintergrund hat, dass die wachsende Gebärmutter Druck auf die Blase ausübt und Sie zu häufigen „Boxenstopps“ zwingt, bevor sie um den 4. Monat herum in die Bauchhöhle hineinwächst und der Druck etwas nachlässt. Leider aber nur vorübergehend, denn um Ende des 8. Monats kommt der **Harndrang** über Nacht zurück und es ist wieder vorbei, mit lang andauernder Gemütlichkeit. Besonders dann, wenn es sich Ihr kleiner Zwerg in Ihrem Becken gemütlich macht, und für Ihre Blase wieder zu wenig Platz bleibt.

Ein Patentrezept, den **häufigen Harndrang in der Schwangerschaft** zu reduzieren oder gar abzustellen, gibt es leider nicht. Trinken Sie aber dennoch genügend, denn zu wenig Flüssigkeit in der Schwangerschaft kann sehr rasch eine Blasenentzündung hervorrufen, da die Keime gerade in der Schwangerschaft leichter aufsteigen können. Ein guter Tipp ist auch noch, sich beim Urinieren nach vorne zu lehnen, so können Sie sicher gehen, dass Sie Ihre Blase vollkommen entleeren. Vielleicht hilft Ihnen beim nächtlichen Aufstehen der Hinweis, dass Mutter Natur Ihnen bereits eine Ahnung gibt, wie es sein wird, wenn Sie Ihr Neugeborenes auch in der Nacht betreuen.

Autor: Redaktion / Katrin

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ [Schlaflosigkeit in der Schwangerschaft](#)
- ▶ [Mutterbandschmerzen während der Schwangerschaft](#)

[zum Artikel Harndrang in der Schwangerschaft](#)