

Erste Anzeichen einer Schwangerschaft

Viele Ratgeber versuchen, eine Liste von Symptomen aufzuzählen, die Frauen die Beantwortung dieser subjektiv eminent wichtigen Frage zum frühest möglichen Zeitpunkt nach der Empfängnis erleichtert. Auch hier soll eine kurze Checkliste die Selbstdiagnose erleichtern. Aber vor allen Dingen wollen wir uns mit der individuellen Situation der Frau und ihres Partners auseinandersetzen, die mit der Möglichkeit einer Schwangerschaft konfrontiert sind.

Bin ich zu zweit? Sind wir zu dritt? - Erste Anzeichen einer Schwangerschaft

Heutzutage werden Schwangerschaften meist - und effizient - geplant. Verhütungsmittel oder notfalls die „[Pille danach](#)“ verhindern unerwünschten Kindersegen. Und wie aufregend ist es, wenn das Ja zum Wunschbaby erst einmal beschlossene Sache ist! Natürlich kann man trotz bestem Informationsstand nicht erwarten, dass es „auf Anhieb“ klappt; Faktoren wie Umweltverschmutzung, Stress im Beruf und auch, weil statistisch das Alter der Erstgebärenden in den letzten beiden Jahrzehnten stark angestiegen ist, wirken sich negativ auf die Empfängnis- bzw. Zeugungsfähigkeit aus. Nun heißt es, Ruhe zu bewahren, gesund und in Harmonie zu leben und entspannt auf die Signale des Körpers zu horchen.

Andererseits gibt es Frauen, die einer Schwangerschaft gar nicht positiv gegenüber stehen. Probleme mit dem Partner, die berufliche Situation, Lebenskrisen, wirtschaftliche Aspekte - der Zeitpunkt scheint ungünstig. Gerade diese Frauen erwarten sich Hinweise, ob und wie sie sich auf die mögliche Schwangerschaft einzustellen haben. Vage Ängste lassen sich oft mit einer objektiven Beurteilung abbauen. Vielleicht bedeutet die Beschäftigung mit dem werdenden Leben gerade die Entscheidung, positiv dazu zu stehen!

Individuelle Wahrnehmung der ersten Anzeichen einer Schwangerschaft

Die Veränderungen im Körper der Frau im frühesten Stadium der Schwangerschaft werden individuell ganz unterschiedlich wahrgenommen. Manche behaupten, bereits einen Tag nach der Empfängnis „Bescheid gewusst“ zu haben. In der Tat kann ab dem Zeitpunkt der Einnistung des Embryos am 6. bis 8. Tag nach der Konzeption durch die Produktion des Hormons GCG ein vermehrter [Harndrang](#) auf eine Schwangerschaft hinweisen. Zu diesem Zeitpunkt kann es zu einer leichten Schmierblutung kommen.

Weitere erste Anzeichen einer Schwangerschaft, allesamt bedingt durch den drastisch veränderten Hormonhaushalt, stellen sich anschließend möglicherweise ein. Frauen mit starkem Kinderwunsch produzieren diese oftmals vermehrt, andernfalls können sie durchaus verdrängt bzw. nicht wahrgenommen werden!

Vor dem Ausbleiben der Periode könnte es bereits zu folgenden ersten Anzeichen einer Schwangerschaft kommen:

- Veränderungen der Brüste und Brustwarzen,
- langfristig erhöhte Basaltemperatur,
- Müdigkeit,
- Heißhunger,
- neue Reaktionen auf Gerüche, Speisen und Getränke,
- emotionale Schwankungen.

Letztere sind sehr ernst zu nehmen und stellen eine hormonbedingte Sicherung des werdenden Lebens durch eine verstärkte Tendenz zu familiärer Harmonie und Geborgenheit dar. Der Partner sollte sich von Anfang an sehr stark engagieren!

Nach Ausbleiben der Regel gibt ein Schwangerschaftstest endlich sichere Auskunft, und 6 bis 8 Wochen nach der letzten Menstruation kann der Frauenarzt bereits die kindliche Herztätigkeit nachweisen; bei dieser Kontrolluntersuchung wird gleichzeitig eine [Eileiterschwangerschaft](#) ausgeschlossen.

Wir wünschen den werdenden Eltern Glück und einen entspannten Weg in die spannende Zeit der Schwangerschaft!

Autor: Redaktion / Ivonne