

Unser Lächeln hilft



# Verordnungsratgeber Schwangerschaftsbeschwerden

Hilfsmittel für eine aktive Teilnahme am Leben während  
der Schwangerschaft



Herausgegeben von

**Sanitätshaus Aktuell**  
Unser Lächeln hilft



**Sanitätshaus Aktuell AG**

Auf der Höhe 50 · 53560 Vettelschoß

Telefon: +49 2645 95 39-0 · Telefax: +49 2645 95 39-90

[www.sani-aktuell.de](http://www.sani-aktuell.de) · [info@sani-aktuell.de](mailto:info@sani-aktuell.de)

Ausgabe: 04/2023

Die Hilfsmittelfotos wurden uns zur Bebilderung von den Herstellerfirmen Bauerfeind AG, Anita Dr. Helbig GmbH, Bort GmbH, BSN-JOBST GmbH, Lohmann & Rauscher GmbH & Co. KG, medi GmbH & Co. KG und THUASNE DEUTSCHLAND GmbH zur Verfügung gestellt. Sie dienen nur als Beispiele, von den meisten Hilfsmitteln findet man unter der siebenstelligen Hilfsmittelnummer genau so Hilfsmittel von anderen Herstellern.

# Inhalt

## Einleitung ..... 5

Ihr starker Partner bei der Hilfsmittelversorgung vor Ort ..... 5

Die richtige Rezeptierung ..... 6

## Rückenschmerzen in der Schwangerschaft ..... 8

Zahlen und Fakten ..... 9

Therapie mit Rückenorthese oder -bandage ..... 11

Hilfsmittel bei schwangerschaftsbedingtem Rückenleiden ..... 12

## Venenprobleme in der Schwangerschaft ..... 14

Therapie mit Kompressionsstrümpfen ..... 15

Die richtige Kompressionsklasse ..... 16

Kompressionsstrümpfe richtig verschreiben ..... 17

Hilfsmittel bei schwangerschaftsbedingtem Venenleiden ..... 18





# Ihr starker Partner bei der Hilfsmittelversorgung vor Ort

## *Liebe Medizinerinnen und Mediziner,*

Frauen stehen während der Schwangerschaft unter starker Belastung. Gleichzeitig eint sie der Wunsch, auch in den Monaten bis zur Geburt weitestgehend mobil und damit unabhängig zu bleiben. Doch das zusätzliche Gewicht des wachsenden Babys im Bauch und die Veränderung des Körpers der werdenden Mutter können diesem Vorhaben einen Strich durch die Rechnung machen. Die Folgen sind teils beeinträchtigende Beschwerden wie **Rückenschmerzen** oder **Venenleiden**.

Die anerkannten und bewährten Hilfsmittel bei diesen beiden weitverbreiteten Schwangerschaftsbeschwerden sind **Rückenorthesen** und **Kompressionsstrümpfe**. Für eine fachgerechte Versorgung sollte der erste Weg der Betroffenen immer zur Ärztin oder zum Arzt führen. Nach den Diagnosen folgt die Therapie.

Wie als Ihr regionaler Gesundheitspartner und Experte in der Hilfsmittelversorgung können an dieser Stelle helfen. Im Rahmen unserer Beratung und Versorgung können wir den Frauen mit unseren Hilfsmitteln ein Stück weit Lebensqualität zurückgewinnen lassen und gemeinsam mit Ihnen erfolgreiche Therapieergebnisse erzielen.

- **Wir begleiten Ihre Patienten auf ihrem Weg und sind ihr Ansprechpartner, wenn sie Fragen zur Therapie haben.**
- **Unser geschultes Fachpersonal bietet langjährige Erfahrungen, Einfühlungsvermögen und ist auf dem neuesten Stand der Hilfsmittelversorgung für Schwangere.**
- **Wir geben Tipps, die darüber hinaus gehen, und erklären alles zur Hautpflege und zum Anziehen der Kompressionsstrümpfe.**
- **Und wir arbeiten mit vielen versierten Herstellern zusammen.**

Wir als qualifiziertes Sanitätshaus können Sie sowie Ihre Patientinnen durch eine geeignete Hilfsmittelauswahl und Beratung bei der Linderung sowie Verhinderung von Komplikationen unterstützen, um so eine möglichst beschwerdefreie Schwangerschaft zu ermöglichen.

## *Herzliche Grüße,*

Ihr regionaler Gesundheitspartner für die Hilfsmittelversorgung  
von Schwangeren

# Die richtige Rezeptierung

**Eine Hilfsmittelversorgung muss spätestens 28 Kalendertage nach Ausstellung der Hilfsmittelverordnung beginnen. Ansonsten ist diese nicht mehr gültig und die Kostenübernahme nicht mehr gewährleistet.**

Alle Leistungen, die unmittelbar mit Schwangerschaft und Entbindung zu tun haben, sind für Ihre Patientin zuzahlungsfrei. Benötigt die Betroffene also Hilfsmittel wie **Kompressionsstrümpfe** oder **Rückenorthesen** aus dem Sanitätshaus, die auf schwangerschaftsbedingte Symptome bezogen werden können, muss sie hierfür nichts dazuzahlen. Voraussetzung ist ein ärztliches Rezept.

Gemäß Hilfsmittel-Richtlinie ist das Hilfsmittel in der Verordnung so eindeutig wie möglich zu bezeichnen, ferner sind alle für die individuelle Versorgung oder Therapie erforderlichen Einzelangaben zu machen. Eine richtige Rezeptierung ist Voraussetzung der korrekten Abgabe des Hilfsmittels an die Patientin.



TIPP

**Wichtig:**  
Hilfsmittel belasten  
nicht das Budget

Medizinische Kompressionsstrümpfe (gleiches gilt für Rückenorthesen und Rückbildungshosen) sind wie alle medizinischen Hilfsmittel frei von Budget sowie Richtgrößen und jede Kompressionsklasse ist verordnungs- und erstattungsfähig.

### Folgendes muss das Rezept beinhalten:

- 1 Markierung des Feldes Nummer 7 (= Hilfsmittel) auf dem Rezept mit der Ziffer 7
- 2 Angabe der Hilfsmittelnummer oder Produktart
- 3 Anzahl
- 4 Therapieziel und Produktbeschreibung
- 5 ggfs. Angabe, ob rechte oder linke Seite
- 6 genaue Indikation/Diagnose (ICD-Code)
- 7 Stempel mit lebenslanger Arztnummer Seit dem 1. Juli 2015 müssen auf dem Rezeptblatt bzw. auf dem Arztstempel außerdem folgende Angaben von Ihnen enthalten sein: Nachname, Vorname (ausgeschrieben, Berufsbezeichnung, Anschrift der Praxis oder Klinik der verschreibenden ärztlichen Person einschließlich einer Telefonnummer zur Kontaktaufnahme
- 8 bei Bedarf bitte vermerken: vorzeitige Folgeversorgung aufgrund Umfangsänderung oder Wechselversorgung aus hygienischen Gründen
- 9 Ihre Unterschrift

Krankenkasse bzw. Kostenträger

Name, Vorname des Versicherten

Versicherten-Nr.

Arzt-Nr.

Betriebsstätten-Nr.

Rp. (Bitte Leerräume durchstreichen)

Bei Arbeitsunfall ausschließend

Unfalltag

Unfallbetrieb oder Arbeitgebernummer

Abgabestadium in der Apotheke

Unterschrift des Arztes  
Muster 18 (7/2009)





# Rückenschmerzen in der Schwangerschaft



# Zahlen und Fakten

**Rückenschmerzen können die Lebensqualität schwangerer Frauen und ihre Fähigkeit, alltägliche Aktivitäten auszuführen, erheblich beeinträchtigen.**

- Für die weltweite Prävalenz von schwangerschaftsbedingten Schmerzen im Bereich des Rückens und des Beckens werden Werte von 24,0 % bis 89,8 % mit einem Durchschnitt von 58,0 % angegeben.
- 19,0 % der Frauen mit starken Schmerzen im unteren Rücken während ihrer ersten Schwangerschaft haben sich aufgrund ihrer Angst vor dem Wiederauftreten der Schmerzen im unteren Rücken gegen eine weitere Schwangerschaft entschieden.
- 27,0 % der schwangeren Frauen haben während ihrer Schwangerschaft einen Sturz erlitten und 2,5 % konnten wegen eines Sturzes nicht zur Arbeit gehen.





# Therapie mit Rückenorthese oder -bandage

**Im Verlauf einer Schwangerschaft kommt es häufig zu Haltungstörungen und dadurch bedingten Rückenschmerzen, besonders zwischen dem fünften und siebten Monat.**

Mit einer Schwangerschafts-Rückenorthese kann schwangerschaftsbedingten Rückenproblemen effektiv entgegengewirkt werden. Stützende Schwangerschaftsgürtel helfen zudem, Stürze zu verhindern.

## Was passiert mit der Schwangeren?

Mit fortschreitender Schwangerschaft kann durch das zunehmende Gewicht des Uterus der Schwerpunkt des Körpers verschoben werden, was zu einer übermäßigen Lordose der Lendenwirbelsäule führt. Die Folge sind Beschwerden an der Lendenwirbelsäule und im Beckenbereich.

## Wie wirkt die Rückenorthese?

Durch die Schwangerschafts-Rückenorthese wird die Fehllhaltung korrigiert und die Lendenwirbelsäule stabilisiert. Die Orthese stützt und hilft beim Tragen des Fötus. Die Vorteile von Orthesen bei schwangerschaftsbedingten Schmerzen auf einem Blick:

- **Sie stabilisieren die Lendenwirbelsäule und/oder das Iliosakralgelenk.**
- **Sie korrigieren eine falsche Haltung.**
- **Sie reduzieren die mechanische Belastung.**
- **Die Frauen vermeiden wahrscheinlich die Einnahme von Medikamenten, sogar dann, wenn diese Medikamente für Schwangere empfohlen werden.**



Quellen: Carr, CA (2003). J Obstet Gynecol Neonatal Nurs; 32(4), 495-502. | Pennick, V & Liddle, SD (2013). Cochrane Database Syst Rev. | Sabino, J & Grauer, JN (2008). Curr Rev Musculoskelet Med; 1(2), 137-141. | Cakmak, B et al. (2014). PM & R; 6(7), 624-628. | Mogren, IM (2005). Scand J Public Health; 33(4), 300-306. | Kordi, R et al. (2013). J Back Musculoskelet Rehabil; 26(2), 133-139.

# Hilfsmittel bei schwangerschaftsbedingtem Rückenleiden



## Rückenorthese zur Stabilisierung der Lendenwirbelsäule während der Schwangerschaft

Die Orthese ist speziell für Schwangere, mit Stabilisierungselementen, einem elastischen Unterstützungsgurt und vorderem Klettverschluss, in den Größen von 80 cm bis 125 cm Hüftumfang.

Hilfsmittelnummer: 23.14.03.1 \_ \_ \_



## Rückenbandage für Schwangere

Bandage zur Stabilisierung der Wirbelsäule bei Schwangerschaften, aus elastischem Material, mit vier Stabilisierungselementen und zwei elastischen Unterstützungsgurten zur individuellen Anpassung an den Bauchumfang, vorderem Klettverschluss, in einer Universalgröße von 82 bis 125 cm Taillenumfang und einer Rückenhöhe von ca. 25 cm.

Hilfsmittelnummer: 23.14.03.1 \_ \_ \_



## Abdominalstütze für Schwangere

Elastische bzw. teilweise feste, textile Leibbinde mit einem Unterstützungsgurt sowie Klettverschluss, in drei Größen und als Maßanfertigung.

- Entlastung des Rückens durch zusätzlichen elastischen Zügel
- anpassbar an variierende Bauchumfänge

Hilfsmittelnummer: 05.11.03.5 \_ \_ \_



## Rückenorthese für tiefe Rückenschmerzen

Elastische textile Symphysenbandage mit zwei Zuggurten, ventralem Klettverschluss mit Handschlaufen und dorsaler Pelotte, in sieben Größen von 70 bis 140 cm Hüftumfang.

- Lindert ISG-bedingte Schmerzen.
- Stabilisiert den Beckenring.
- Massiert die Ansätze von Bändern und Muskeln um die ISG.
- Größen: 1 (Beckenumfang: 70 - 80 cm), 2 (80 - 90), 3 (90 - 100), 4 (100 - 110), 5 (110 - 120), 6 (120 - 130), 7 (130 - 140)

Hilfsmittelnummer: 23.11.01.1 \_ \_ \_





# Venenprobleme in der Schwangerschaft

# Therapie mit Kompressionsstrümpfen

**In klinischen Studien konnte gezeigt werden, dass medizinische Kompressionsstrümpfe (MKS) einen positiven Einfluss auf typische Schwangerschaftsbeschwerden haben.**

Dazu zählen die Reduktion von Ödemen der unteren Extremitäten sowie die Linderung von Übelkeit und Erbrechen, Schwindel und Schmerzen. Zudem zeigt sich ein Einfluss der medizinischen Kompression auf die gesundheitsbezogene Lebensqualität inklusive psychologischer sowie physiologischer Parameter. Die Anwendung der medizinischen Kompressionstherapie ist auch in der aktuellen S2k-Leitlinie „Medizinische Kompressionstherapie“ verankert.

**Die folgenden Indikationen, die im Zusammenhang mit Schwangerschaft eine entscheidende Rolle spielen, sollen für die medizinische Kompressionstherapie berücksichtigt werden:**

- Thromboseprophylaxe bei mobilen Patientinnen
- oberflächliche Venenthrombose
- tiefe Beinvenenthrombose
- Ödeme in der Schwangerschaft
- Übelkeit und Schwindel in der Schwangerschaft
- Stauungsbeschwerden in der Schwangerschaft
- Varikose

Auch die **S3-Leitlinie „Prophylaxe der venösen Thromboembolie“** weist darauf hin, dass die Schwangerschaft und die postpartale Periode als dispositionelle Risikofaktoren für die Entstehung einer venösen Thromboembolie gelten. In der Schwangerschaft sowie postpartum ist das Risiko um das Vier- bis Fünffache erhöht. Zu den maternalen thromboembolischen Ereignissen zählen oberflächliche und tiefe Venenthrombosen, Lungenembolien und Ovarialvenenthrombosen.

Quellen: Mendoza E, Amsler F. A randomized crossover trial on the effect of compression stockings on nausea and vomiting in early pregnancy. *Int J Womens Health* 2017;9:89-99. | Ochalek K et al. Risk Factors Related to Lower Limb Edema, Compression, and Physical Activity During Pregnancy: A Retrospective Study. *Lymphat Res Biol* 2017;15(2):166-171. | Rabe E et al. S2k-Leitlinie: Medizinische Kompressionstherapie der Extremitäten mit Medizinischem Kompressionsstrumpf (MKS); Phlebologischem Kompressionsverband (PKV) und Medizinischen Adaptiven Kompressionssystemen (MAK). | Konkle BA. Diagnosis and management of thrombosis in pregnancy. *Birth Defects Res C Embryo Today*. 2015;105(3):185-189. | Heit et al. Trends in the incidence of venous thromboembolism during pregnancy and postpartum: a 30-year population-based study. *Ann Intern Med*. 2005;143(10):697-706.

# Die richtige Kompressionsklasse

Um zu ermitteln, welche Strümpfe Ihre Patientin braucht, ist es wichtig zu wissen, bei welchen Symptomen die Stütze für ihre Beine wirken soll:



## Klasse 1

leichte oder beginnende Krampfadernbildung (Varikosis) – vor allem bei Schwangeren –, schwere und müde Beine, keine Ödembildung



## Klasse 2

ausgeprägte Varikosis (Krampfadern), Schwellungen, oberflächliche Venenentzündungen, Flüssigkeitsansammlungen (Ödeme) nach Operationen wie Verödungsbehandlungen



## Klasse 3

nach Thrombose (Blutgerinnsel) und Abheilen von Unterschenkelgeschwüren (Ulcus), bei chronischer Veneninsuffizienz, Krampfadern und Hautveränderungen



## Klasse 4

noch schwerere Krankheitsbilder als Klasse 3, Lymphödeme

KKL	Intensität	Ruhedruck/mmHg	kPa
I	leicht	18-21	2,4-2,8
II	mittel	23-32	3,1-4,3
III	kräftig	34-46	4,5-6,1
IV	sehr kräftig	49 und größer	6,5 und größer

## Auch Strumpfhosen, die die Beine der Schwangeren mit Druck schützen, werden in den vier Kompressionsklassen angeboten.

Die Wahl der Kompressionsklasse liegt im ärztlichen Ermessen: Kompressionsklasse 1 eignet sich grundsätzlich zur Prophylaxe für eigentlich gesunde Beine in der Schwangerschaft oder im Alltag. Kompressionsklasse 2 empfiehlt sich, wenn die Frau auch vor der Schwangerschaft schon zu Krampfadern oder geschwollenen Beinen geneigt hat. Kompressionsklassen 3 und 4 kommen in der Regel bei krankhaften Veränderungen des Venensystems zum Einsatz und eignen sich nicht für Schwangere. Alle Kompressionsklassen sind verordnungs- und erstattungsfähig.

# Kompressionsstrümpfe richtig verschreiben

Damit sie wirken, ist es enorm wichtig, dass die Kompressionsstrümpfe exakt passen. Sie müssen eng am Bein anliegen, allerdings nicht zu eng und sie dürfen nicht einschneiden. Sie sollten andererseits nicht zu locker sein und rutschen. Auch dürfen sich keine Falten bilden. Nur, wenn dies berücksichtigt wird, können die Strümpfe ihren Zweck auch wirklich erfüllen. Ist keine perfekte Passgenauigkeit gegeben, wirken die Kompressionsstrümpfe nicht oder nicht richtig.

## Maßnahmen im Sanitätshaus

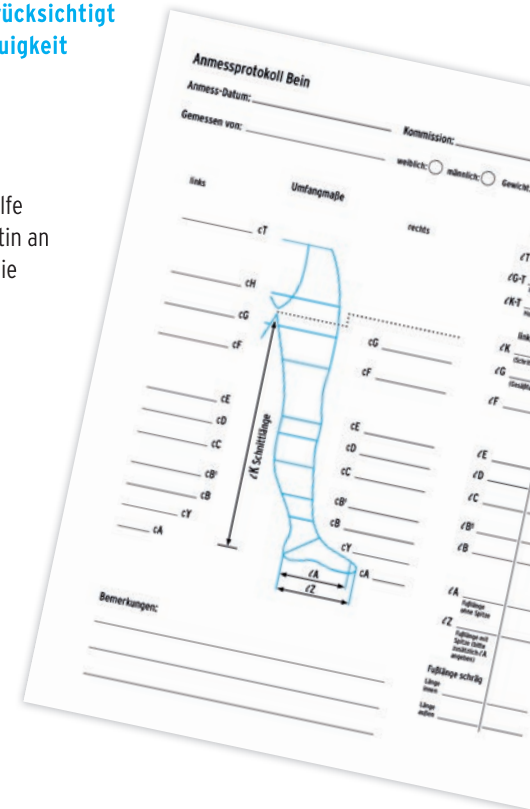
Die unerlässliche Vermessung für eine perfekte Passgenauigkeit erfolgt bei uns im Sanitätshaus. Mithilfe spezieller Messgeräte nimmt die Sanitätshausfachkraft die Länge und Umfänge der Beine Ihrer Patientin an genau definierten Stellen. Wichtig ist, dass immer beide Beine gemessen werden, schließlich sind sie nie komplett identisch. Anhand der ermittelten Werte wird dann entschieden, ob ein Standardstrumpf der Schwangeren optimal passt oder eine Maßanfertigung notwendig ist.

## Verordnungshinweise

Auf der Verordnung (siehe auch Seite 7) legen Sie fest, welche Kompressionsklasse und Strumpflänge Ihre Patientin benötigt. Auch für praktische Anziehhilfen können Sie Ihr ein Rezept ausstellen. Im Rahmen der Erstversorgung steht der Schwangeren aus hygienischen Gründen ein Zweitpaar zum Wechseln zu. Als Faustregel gilt zudem, dass Kompressionsstrümpfe nach etwa sechs Monaten an Elastizität und damit an Festigkeit verlieren. Hierzu müsste sich Ihre Patientin wieder an Sie wenden.

## Verschiedene Längen

Medizinische Kompressionsstrümpfe gibt es in verschiedenen Beinlängen. Je nach Indikation kann die Ärztin oder der Arzt bei Notwendigkeit Kniestrümpfe, Oberschenkelstrümpfe oder Strumpfhosen verordnen: Wadenstrumpf (AD), Schenkelstrumpf (AG), Strumpfhose (AT), Umstandshose (AT/U).



# Hilfsmittel bei schwangerschaftsbedingtem Venenleiden



## Kompressionswadenstrumpf

In vielen Fällen erreicht ein Wadenstrumpf durch Unterstützung der Wadenmuskelpumpe eine Besserung. Die spezielle Garnmischung und der Ventilationsbereich machen die Kompressionsstrümpfe für Schwangere besonders weich und sorgen gleichzeitig für Luftdurchlässigkeit und Feuchtigkeitsregulierung.

**Hilfsmittelnummer: 17.06.10. \_ \_ \_ \_**

Wichtig: Angabe der Zusätze wie Haftband oder Hüftbefestigung etc. und Art der Fußspitze: offen oder geschlossen



## Kompressionsschenkelstrumpf

Unterstützt zusätzlich bei Varizen (Krampfadern) oder Ödemen im Bereich des Oberschenkels. Auch empfohlen bei tiefen Beinvenenthrombosen im Bereich des Oberschenkels. Indikationen sind:

- **chronische Venenerkrankungen der Stadien I bis III**
- **Stauungsbeschwerden und Ödeme in der Schwangerschaft**
- **oberflächliche Venenthrombose**
- **tiefe Beinvenenthrombose**
- **Zustand nach Thrombose, postthrombotisches Syndrom**
- **Thromboseprophylaxe bei mobilen Patientinnen**
- **Übelkeit und Schwindel in der Schwangerschaft (als Oberschenkelstrumpf oder Strumpfhose)**

**Hilfsmittelnummer: 17.06.12. \_ \_ \_ \_**

Wichtig: Angabe der Zusätze wie Haftband oder Hüftbefestigung etc. und Art der Fußspitze: offen oder geschlossen





## Kompressionsstrumpfhose in Maßanfertigung

Besserer Tragekomfort für Patientinnen, die keinen Strumpf mit Hafrand tragen wollen oder Krampfadern im Leistenbereich haben. Das elastische Gestrück fördert die Durchblutung und beugt Besenreisern und Krampfadern auch während der Schwangerschaft vor. Die Strumpfhose gibt es auch mit großzügigem Leibteil ohne Druck.

Hilfsmittelnummer: 17.06.13. \_ \_ \_ \_ \_



## Stabile Anziehhilfe zum Kompressionsstrumpf

Anziehgestell für Kompressionsstrümpfe, aus beschichtetem Stahl, in verschiedenen Varianten mit kurzen, langen oder variabel verstellbaren Griffen oder Klappmechanismus, für Strumpfhosen, kräftige Waden und auch für Armstrümpfe.

Hilfsmittelnummer: 02.40.01.3 \_ \_ \_

**TIPP**

### Rückbildungshose

Hilfsmittel zur Förderung der Rückbildung des Bauches nach der Entbindung. Sie stützt außerdem den Bauch nach einem Kaiserschnitt oder einer Bauchoperation.

Hilfsmittelnummer:  
05.11.03. \_ \_ \_ \_ \_















## Bei uns ist Ihr Vertrauen in den richtigen Händen

Subline ich bin immer noch ein Blindtext

**Bestellen Sie einfach telefonisch/per Mail oder besuchen Sie uns direkt vor Ort.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

**Sanitätshaus Aktuell AG**  
Auf der Höhe 50  
53560 Vettelschoß  
Telefon: +49 2645 95 39-0  
Telefax: +49 2645 95 39-90  
info@sani-aktuell.de