

Wo findet die Studie statt?

Klinik und Poliklinik für Frauenheilkunde,
Klinikum rechts der Isar,
Technische Universität München,
Ismaninger Str. 22, 81675 München

Zur Anmeldung und bei Fragen kontaktieren
Sie uns gerne per Mail an:

➔ **Felicity2studie.GY@mri.tum.de**

Sie sind schwanger und Ihr Alltag ist stressig ...?

Wir freuen uns über
Ihr Interesse!



Frau
Clara Becker



Prof. Dr. med.
Silvia Lobmaier



Frau
Marlene Mayer

in Kooperation mit:
Dr. med. Florian Stumpfe und
Dr. med. Franz Edler von Koch



Weitere Informationen unter:
<https://frauenklinik.mri.tum.de/de/seite/felicity2-studie>



Foto: pixabay

Studien-
Teilnehmerinnen
gesucht!

... Dann machen Sie mit bei unserer Studie zum Einfluss von Yoga und Achtsamkeitslehre auf den Verlauf von Schwangerschaft und Geburt.



Was erwartet Sie?

- Kostenfreier Yoga-Kurs oder intensiviert Schwangerschaftsbetreuung
- Professionelle Begleitung durch die Schwangerschaft
- Betreuung nach der Geburt
- Fragebögen zu Stress, Angst und Depression

Was wollen wir mit der Studie herausfinden?

Es ist bekannt, dass Stress während der Schwangerschaft sich nicht nur negativ auf Sie, sondern auch auf die Entwicklung Ihres Kindes auswirken kann. Im Rahmen dieser Studie wird untersucht, ob Schwangerschaftsyoga und Achtsamkeitslehre auf die Gesundheit von Ihnen und Ihrem Kind positiven Einfluss nehmen kann.

Wer kann teilnehmen?

Jede Schwangere bis 20 + 0 Schwangerschaftswochen, die sich im Alltag gestresst fühlt (objektiviert anhand unserer Fragebögen).

Wie läuft die Studie ab?

Wir bieten Ihnen über den gesamten Zeitraum ihrer Schwangerschaft entweder

- a) jede Woche kostenfreie Yoga-Kurse mit einer erfahrenen Yoga-Lehrerin und Gespräche mit uns oder
- b) eine intensiviert Schwangerschaftsbetreuung (Zusätzliche Ultraschalluntersuchung und ggf. Gespräch mit einer darauf spezialisierten Psychologin) an.

Allerdings wird durch einen Zufallsgenerator ausgelost, in welche der beiden Gruppen Sie kommen.

Wie können Sie uns unterstützen?

- Alle drei Monate dürfen Sie kurze Fragebögen zu Ihrem Wohlbefinden ausfüllen.
- Daneben wird eine nicht-invasive Untersuchung zur Bestimmung von Stresswerten (EKG mit Herzfrequenzmessung) durchgeführt.
- Zudem werden wir anhand einer verdeckten Haarsträhne Ihre Stresshormon-Konzentration messen.
- Außerdem werden wir perinatale Outcome-Daten wie Gestationsalter bei der Geburt, Geburtsmodus, Geburtsgewicht, Länge und Kopfumfang erfassen.
- Optional werden nach der Geburt 20ml mütterliches Blut, eine Nabelschnurblutprobe, eine Speichelprobe des Neugeborenen und drei Biopsien der Plazenta entnommen.