

JOBST

Leichter
fühlen
in der
Schwangerschaft



JOBST® Maternity

Kompressionsstrümpfe und unterstützende
Produkte für Ihre Schwangerschaft



Mutter zu werden, ist ein unvergleichliches Gefühl von Freude und froher Erwartung. Eine neue, aufregende Lebensphase beginnt und Ihr Körper erfährt erste Veränderungen.

Vielfach freuen sich werdende Mütter, dass ihre Haut einen schönen Glanz bekommt und dass die Haare noch besser

aussehen. Aber die Auswirkungen der großen hormonellen Veränderungen, die eine Schwangerschaft mit sich bringt, sind weitaus komplexer. **So steigen der Blutdruck und die Blutmenge, die Blutgefäße werden durchlässiger und die Hauptadern, die das Blut abtransportieren, verengen sich.** Der erhöhte Blutdruck und die erhöhte Blutmenge sorgen zum einen dafür, dass das heran-

WUSSTEN SIE SCHON



IN DER SCHWANGERSCHAFT SCHLÄGT IHR HERZ SCHNELLER UND DIE BLUTMENGE STEIGT UM 20%¹

¹Stölin A., Phlebologie 2013; 42(06): 297, Schwangerschaft und Phlebologie, DOI: 10.1055/s-0037-1621843



Schwangerschaft -
ein neues

Leben beginnt



wachsende Baby gut versorgt wird. Zum anderen können sie aber auch zu unangenehmen Symptomen führen. **Schmerzende Beine, geschwollene Fußgelenke oder Krampfadern** sind in dieser Phase zwar „normale“ Beschwerden, müssen aber nicht als Normalzustand hingenommen werden. Dies gilt vor allem dann, wenn die Schmerzen und sonstigen Folgen den täglichen Ablauf negativ beeinflussen (wenn zum Beispiel Schuhe nicht mehr passen). Die gute Nachricht ist: **Diese Veränderungen sind leicht in den Griff zu bekommen!**

**Bleiben
Sie gesund!**



Ein gesunder Körper bedeutet eine gesunde Schwangerschaft. Aktivitäten wie leichtes Wandern, Schwimmen oder Fahrradfahren in Kombination mit sanften Übungen, die eigens für schwangere Frauen entwickelt wurden (z. B. vorgeburtliches Yoga), helfen Ihnen, das zusätzliche Gewicht des Babys besser zu tragen. Und sie können dazu beitragen, dass Sie Ihre normale Figur nach der Geburt wiedererlangen*.

*Fragen Sie am besten Ihren Arzt, welche Übungen sich für Sie während der Schwangerschaft empfehlen!

Kurze Einführung in die **Kompression** bei Schwangerschaft

Kompressionsstrümpfe können maßgeblich dazu beitragen, dass Sie sich während der Schwangerschaft besser fühlen und Ihr Leben ganz normal weiterführen und genießen können.

Durch Druck auf das Gewebe unter der Haut helfen medizinische Kompressionsstrümpfe, Schwellungen zu reduzieren. Sie unterstützen die Venen und tragen damit

dazu bei, starke Schwellungen zu vermeiden. Auch Schwindel und Übelkeit können durch diese Art Strümpfe gelindert werden.

Weitere Vorteile: Kompressionsstrümpfe können Krampfadern und Thrombosen vorbeugen, so dass Sie keine zusätzlichen Medikamente einnehmen müssen - ein wichtiger Faktor, um das Baby nicht unnötig zu belasten.



Kompressionsstrümpfe üben einen genau festgelegten, „ansteigenden Druck“ auf das Bein aus. Dieser ist am stärksten am Sprunggelenk und nimmt beinaufwärts ab. Dies unterstützt die Blutzirkulation.



WARUM KOMPRESSION

IN DER SCHWANGERSCHAFT?

- ✓ Weniger Schmerzen und Schwellungen an Füßen und Beinen
- ✓ Weniger unangenehmes Gefühl von schweren und müden Beinen
- ✓ Weniger Schwindel und Übelkeit

REISEN WÄHREND

DER SCHWANGERSCHAFT?

Schwanger sein bedeutet nicht, dass Sie nicht reisen können. Auch wenn Sie längere Zeit sitzen müssen, können Sie selbst noch wenige Wochen vor der Geburt gut eine Reise antreten und den Urlaub genießen. Denn Sie können sich drauf verlassen: Kompressionsstrümpfe geben Ihnen die Unterstützung, die Sie brauchen - auch dann, wenn Sie Ihre Muskeln nicht wie gewohnt beanspruchen. Achten Sie aber darauf, dass Sie während einer Reise regelmäßig aufstehen, laufen und genügend trinken.

Dann steht dem Urlaubsgenuss nichts im Wege - gute Reise!



JOBST® Maternity Kompressionsstrümpfe

Speziell entwickelt für schwangere Frauen und basierend auf Marktforschungsergebnissen, sind die **JOBST Maternity Kompressionsstrümpfe** für Sie der perfekt unterstützende Begleiter während der Schwangerschaft. JOBST Maternity Opaque kombiniert

hohe Materialqualität mit einer Fülle vorteilhafter Eigenschaften wie dem Luftzirkulationsbereich in der Fußsohle sowie speziellen Garnen zur Feuchtigkeitsregulierung, die Beschwerden unauffällig lindern können. So können Sie Ihren individuellen Stil also auch schwanger beibehalten.



JOBST MATERNITY

STRÜMPFE

Tragen Sie JOBST Maternity Strümpfe, um Ihre Blutzirkulation zu unterstützen und Schwellungen in den Beinen zu reduzieren.

Erhältlich als **Kniestrümpfe, Oberschenkellange Strümpfe und Strumpfhosen.**

VORTEILE

Ventilationsbereich

Speziell eingestrickte Lüftungsabschnitte in der Fußsohle verstärken die **Luftdurchlässigkeit.**

Soft Touch

Die **Mischung weicher Garne** sorgt für ein angenehmes Gefühl auf jeder Haut.





JOBST MATERNITY

STRUMPFHOSE

Die JOBST Maternity Strumpfhose verfügt über einen Baucheinsatz mit einer **SoftFlex Zone** und kombiniert ein sanftes Gefühl auf der Haut mit zuverlässiger Flexibilität.

Die Schwangerschaft kommt,
Ihr Stil bleibt!

Bleiben Sie, wie Sie sind! Auch schwanger können Sie Ihren gewohnten individuellen Stil 100 % beibehalten. Genau dafür wurden die JOBST Maternity Kompressionsstrümpfe entwickelt. Kombinieren Sie die Kompressionsstrümpfe mit jedem Outfit für einen frischen Look. Erhältlich in den Farben **caramel, navy, black, anthrazit** und **cranberry**.



Feuchtigkeitsmanagement

Spezielle Garne nehmen die Feuchtigkeit auf, geben sie nach außen weiter und **sorgen so für trockene Beine und Füße**



Flex Zone

Die elastische SoftFlex Zone bei der Strumpfhose **passt sich dem wachsenden Bauch an**





Leichtigkeit für Bauch und Rücken

Während sich Ihr Baby entwickelt und Ihr Körper an Gewicht zunimmt, werden Sie wahrscheinlich eine Belastung in Ihrem Bauch und Rücken spüren. Zudem werden Ihre Muskeln und Ihr Skelet stärker beansprucht. Ebenso haben die hormonellen Umstellungen Einfluss auf Gelenke und

Sehnen und verursachen häufig Schmerzen im unteren Rücken während der Schwangerschaft.¹

Unten stehend haben wir für Sie einige Tipps & Tricks aufgelistet, die Ihnen das Leben in der Schwangerschaft erleichtern und manche Beschwerden lindern können.

TIPPS & TRICKS

- Eine spezielle, einfach durchzuführende Gymnastik für Schwangere erhalten Sie kostenlos als Poster bei JOBST. Senden Sie uns eine E-Mail an servicejobst@essity.com mit dem Stichwort „Poster Schwangerschaftsgymnastik“ oder fragen Sie Ihren Fachhändler.
- Ein Bad oder Wärmekissen sorgen für Erleichterung und Entspannung im Rücken*
- Schwimmen hilft, den Druck auf Bauch und Rücken zu vermindern. Denn der Auftrieb des Wassers reduziert die Schwerkraftbelastung für den Körper.
- Besondere Massagen für schwangere Frauen können Linderung verschaffen und den Druck vom unteren Rücken nehmen.
- Spezielle für Schwangere entwickelte Produkte können gezielte Entlastung für Rücken und Bauch bringen und die Haltung unterstützen.



¹ Berg G, Hammar M, Möller-Nielsen J, Lindén U, Thorblad J. Low back pain during pregnancy. *Obstet Gynecol.* 1988;71(1):71-5.

* Klären Sie dies immer mit Ihrem Arzt ab, da warme Bäder ungeeignet sein können, wenn das Risiko einer Frühgeburt besteht.

JOBST® Maternity

Unterstützende Produkte



JOBST MATERNITY

SUPPORT BELT

Der Support Belt unterstützt den wachsenden Bauch während der fortgeschrittenen Schwangerschaft. Durch das stufenlose Verschlusssystem kann dieser kontinuierlich und individuell an den wachsenden Bauch angepasst werden. Das diskrete Design fällt unter der Kleidung kaum auf.



JOBST MATERNITY

BELLY BAND

Von den ersten Anzeichen einer Schwangerschaft bis zur Mitte des dritten Trimesters unterstützt das JOBST Maternity Belly Band die Taille und den unteren Rücken.



96.3 %
EMPFEHLUNGS-
RATE!¹

Was Mütter am JOBST Maternity Support Belt schätzen,
basierend auf Feedback einer Anprobe:²

- ✓ Sehr bequeme Passform
- ✓ Weiches, angenehmes Material
- ✓ Gefühl der Erleichterung
- ✓ Unterstützt Beweglichkeit im Alltag



JOBST MATERNITY

POSTNATAL TUBE

Benutzen Sie den JOBST Maternity Postnatal Tube in den ersten Wochen nach der Geburt für einen diskreten Formungseffekt und zur Unterstützung für den Bauch.

¹ Consumer Test: Investigation of Product Acceptance. Sponsor Study/Order No.: C1528. Study Site proDERM Institute for Applied Dermatological. Research GmbH, Schenefeld/Hamburg, Germany proDERM Study No. 18.0199-40. The consumer test was conducted with a prototype (not final product).

² Data on file



Wir unterstützen
Sie auf ihrer
glücklichen
Reise

...IN JEDER PHASE DER

SCHWANGERSCHAFT

Wenn Sie Fragen haben oder mehr darüber erfahren möchten, wie Sie sich das Leben mit den JOBST Produkten in der Schwangerschaft erleichtern können, dann besuchen Sie uns auf:

www.jobst.de

**MIT FREUNDLICHER EMPFEHLUNG
ÜBERREICHT DURCH:**

 **essity**

JOBST®,
an Essity brand

www.jobst.de
www.lymphcaredeutschland.de

BSN-JOBST GmbH

Beiersdorfstraße 1
46446 Emmerich am Rhein
Deutschland
Tel. +49(0)2822 607-100
Fax +49(0)2822 607-199

Essity Austria GmbH

Storchengasse 1
1150 Wien
Österreich
Tel +43 (0)1 89901-724
Fax +43 (0)1 89901- 557

Essity Switzerland AG

Parkstrasse 1b
6214 Schenkon
Schweiz
Tel. +41(0) 848 810 150
Fax +41(0) 800 810 150