



Veröffentlicht auf *Nestlé Babyservice* (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Deine 34. Schwangerschaftswoche

Teile diesen Article

X



Deine 34. Schwangerschaftswoche

Entspannen: Sammle noch mal richtig Energie!

<https://www.babyservice.de/34-schwangerschaftswoche> ^[1]

Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

_ [2] _ [3] _ [4]



Deine 34. Schwangerschaftswoche

Entspannen: Sammle noch mal richtig Energie!

- Teilen

Auftankwochen: Der Mutterschutz naht und der Countdown zum großen Ereignis läuft.

Jetzt sind es nur noch ca. 6 Wochen bis zu dem Moment, in dem du dein Baby zum ersten Mal in den Arm nehmen kannst. Tanke Energie, Geburt und Baby werden dich fordern.

Kleiner Tipp:

Am besten erholst du dich gemütlich zuhause. Da hast du Arzt und Krankenhaus in der Nähe, das entspannt die meisten Fast-Mamis. Man kann nie wissen, wann dein kleiner Liebling die Geduld verliert!

Feierabend für mindestens 14 Wochen

Auch berufstätige Frauen können sich jetzt endlich etwas Ruhe gönnen, denn am Ende dieser Woche beginnt der Mutterschutz! Die Schutzfrist für Mamis und Babys endet acht Wochen nach der Geburt. In dieser Zeit wird das volle Gehalt weiter ausgezahlt. Für den Beginn der Mutterschutzzeit benötigt der Arbeitgeber ein Attest des Arztes oder der Hebamme. Sollte das Baby vor dem errechneten Termin zur Welt kommen, darfst du die "versäumten" Tage nach der Geburt nachholen. Bei Früh- oder Mehrlingsgeburten verlängert sich der Mutterschutz auf insgesamt 18 Wochen.

Mehr zu Leistungen für Schwangere und zu finanziellen Dingen erfährst du auch [hier](#) [6].

„Sollte ich jetzt schon alles bereithalten fürs Krankenhaus?“

Schaden kann das nicht. Geht es plötzlich los, hast du bestimmt andere Dinge im Kopf! Deshalb ist es sehr gut, den Klinikoffen bereit zu machen. Denn nur dein Baby bekommt die erste Kleidung vom Krankenhaus. Mamis dagegen müssen ihre Siebensachen selbst mitbringen. Vergiss dabei nicht, dass du das Krankenhaus ohne dicken Bauch wieder verlassen wirst!

Neben Kleidung kannst du natürlich auch ein paar persönliche Dinge einpacken, die dir den Aufenthalt angenehmer machen, z. B. ein schönes Buch oder deine Lieblingsmusik. Und natürlich darf der Fotoapparat für die ersten Staraufnahmen des Neankömmlings nicht fehlen!

Zusätzlich solltest du an ein paar Formalitäten denken: Um dein Kind bei der Standesamtsstelle im Krankenhaus anmelden zu können, wird dein Personalausweis, das Familienstammbuch oder die Heiratsurkunde (bzw. für Ledige die eigene Geburtsurkunde) benötigt. Nimm auch die Chipkarte der Krankenversicherung und deinen Mutterpass mit.

Immer größer und stärker

- Dein Kind ist nun rund 45 cm und wiegt 2,2 kg. So große Entwicklungssprünge wie in den ersten beiden Schwangerschaftsdritteln macht es jetzt nicht mehr.
- Seine Aufgabe ist nun: Wachsen und Reifen.

Weiterlesen ^[7]

Quell-URL: <https://www.babyservice.de/34-schwangerschaftswoche>

Links

[1] <https://www.babyservice.de/34-schwangerschaftswoche>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/34-schwangerschaftswoche&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/190219_prenatal_topic1-ssw34_280x280.jpg&description=Deine 34. Schwangerschaftswoche

[3]

<https://twitter.com/share?text=Deine%2034.%20Schwangerschaftswoche%20&url=https%3A//www.babyservice.de/34-schwangerschaftswoche>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/34-schwangerschaftswoche>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147496>

[6] <https://www.babyservice.de/finanzielle-unterstuetzung>

[7] <https://www.babyservice.de/javascript%3A%3B>