

MAMAS WISSEN MEHR!

Studien-Fragebögen
DRINGEND AUSZUFÜLLEN I zum Vervollständigen

DIREKT BEI DER REGISTRIERUNG

APP-PERSONALISIERUNG I ANGEBOTE FÜR FAMILIEN I
DEPRESSIVE SYMPTOME
Angst | Stress | Mutter-Kind-Bindung | belastende Erinnerungen



Wie nimmst
du an der
Forschungsstudie teil?

- Du bist über 18 Jahre alt?
- Du bist zwischen der 12. und 34. SSW?
- Du hast ein Smartphone mit Internetzugang?
- Du sprichst fließend Deutsch?
- Die Studie beinhaltet zwei Gruppen – eine mit Fragebogenvisiten und eine mit vollständiger Nutzung der App PIA Health. Die Einteilung erfolgt zufällig und kann nicht getauscht werden.

LEG LOS!



- PIA Health App downloaden
- Projektcode eingeben: MMP22
- In der App ganz bequem für die Studie registrieren und alle wichtigen Infos zur Studie erhalten.
- Wir bekommen automatisch deine Registrierung und senden dir deinen Login per E-Mail.



2 WOCHEN NACH REGISTRIERUNG

ANGEBOTE FÜR FAMILIEN
Geburtsängste | Lebensqualität | Partnerschaft | soziale Unter-
stützung | Feedback zur App

1 MONAT NACH DER GEBURT

ANGEBOTE FÜR FAMILIEN I DEPRESSIVE SYMPTOME
Angst | Stress | Mutter-Kind-Bindung | Geburtszufriedenheit

3 MONATE NACH DER GEBURT

ANGEBOTE FÜR FAMILIEN
Lebensqualität | elterliche Belastung | Partnerschaft |
soziale Unterstützung | belastende Erinnerungen |
kindliches Temperament | Verhalten des Babys

6 MONATE NACH DER GEBURT

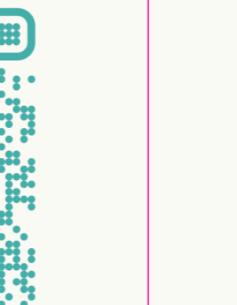
ANGEBOTE FÜR FAMILIEN I DEPRESSIVE SYMPTOME
Angst | Stress | Mutter-Kind-Bindung | Selbstbewusstsein |
elterliche Belastung | kindliches Temperament | Verhalten des
Babys | Erziehung



mein
MAMAHERZ



GET IT ON
Google Play



Download on the
App Store

Der Innovationsfond des Gemeinsamen
Bundesausschuss fördert die Studie „Family
eNav – Entwicklung und Evaluation eines
familienzentrierten, digitalen Navigators
zur überprofessionellen, sektorenübergre-
fenden Bedarfskoordination von Familien“.
Im Rahmen dieser Studie wurde die App
mein Mamaherz entwickelt.

Ziel der Studie ist es, Schwangeren und jun-
gen Familien die größtmögliche Sicherheit
in der Schwangerschaft und dem ersten Jahr
mit Baby durch verlässliche Informationen
zu geben.

Studienteam Heidelberg

Corinna Hartmann
Studienkoordinatorin

Universitätsfrauenklinik Heidelberg
Im Neuenheimer Feld 440
69120 Heidelberg

Tel. 06221/56-32505
Familyenav.frau@med.uni-heidelberg.de

Gefördert
durch:



In Kooperation mit:



DEUTSCHE GESELLSCHAFT
FÜR PERINATALE MEDIZIN

DGPFG e.V.
Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

In Kooperation mit:



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
JENA

St. Joseph Krankenhaus
Berlin Tempelhof

LMU
LUDWIG-MAXIMILIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN

Institut Frauengesundheit
Institute Women's Health

#BABYWUNDER #MAMASWISSENMEHR #GEMEINSAMSCHWANGER

LIEBE MAMA,
DU BIST SO
WICHTIG!





DU BIST NICHT ALLEIN. BEI BEDARF UNTERSTÜTZUNG FINDEN.

Prof. Dr. med. Stephanie Wallwiener
Sektionsleiterin Geburtshilfe
Frauenklinik Heidelberg
Projektleitung mein Mamaherz

„Unser Anspruch für mein Mamaherz ist es, unseren Schwangeren Orientierung, Sicherheit und Vertrauen zu geben.“

Mein Mamaherz begleitet sie in einen neuen Lebensabschnitt, als Mama und Familie. Für jede Schwangerschaftswoche geben unsere Expert:Innen (Frauenärzt:Innen, Hebammen, Psycholog:Innen, Kinderärzt:Innen) Antworten auf Fragen.

Wir unterstützen mit wichtigen Informationen, erinnern an Termine und helfen bei der Auswahl von passenden Gesundheitsdienstleistern, auch besonders nach der Geburt.“

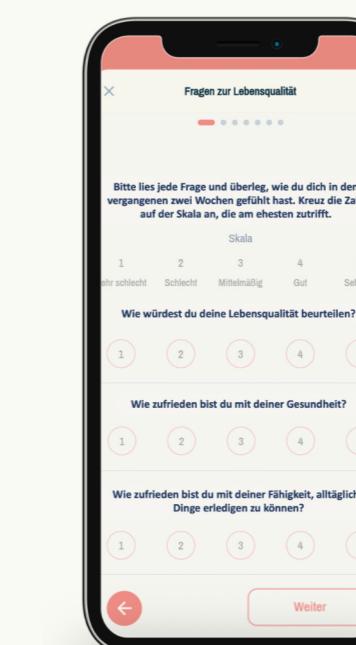
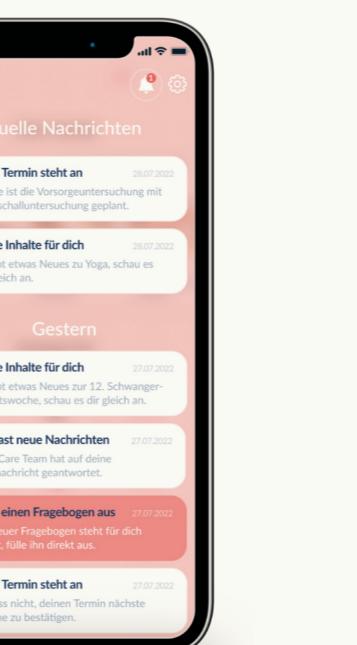
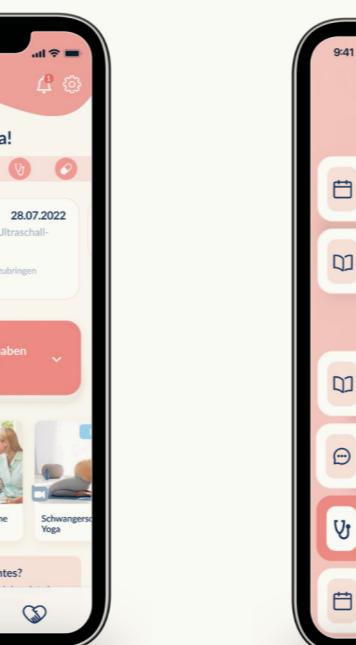
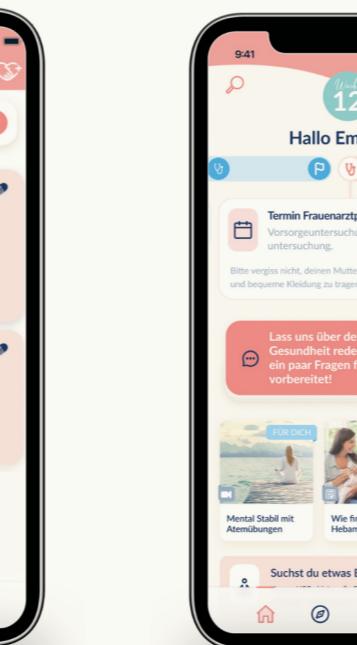
Prof. Dr. em. Johannes Pöschl
Emeritierter Ärztlicher Direktor,
Klinik für Neonatologie in Heidelberg

Herzlich Willkommen im Perinatalzentrum der Universitätsfrauenklinik Heidelberg!

„Unsere Vision ist es, mit einem sanften Versorgungs- und Pflegekonzept die Geburt zu einem einmalig schönen Erlebnis zu machen und Schwangere, Mütter sowie Familien mit dem Neugeborenen zu stärken. Dafür steht unser Team aus Hebammen, Schwestern und Ärzten mit Herzblut zur Verfügung.“

Unser Angebot möchten wir mit „mein Mamaherz“ digital erweitern. Wir geben Antworten – auf alle Fragen für eine sichere Geburt und aus neonatologisch-kinderärztlicher Sicht das erste Babyjahr.“

ZUSAMMEN FÜR EINE GESUNDE SCHWANGERSCHAFT UND EINEN GUTEN START INS LEBEN.



Mein Mamaherz Netzwerk
Schnelle Kontaktaufnahme zu regionalen Beratungsstellen und Gesundheitsdienstleistern für alle Themen um Schwangerschaft und Geburt. Klärung deines persönlichen Bedarfs.

Passgenau für dich.

Schwangerschaftsratgeber
Deine aktuellen Termine im Überblick. Anstehende Visiten und Ratgeber für jede Schwangerschaftswoche.

Unkompliziert. Schnell. Alles auf einen Blick.

Was muss ich wissen?
Wann muss welcher Antrag gestellt werden, wann musst du eine Hebammie suchen. Da kann man leicht den Überblick verlieren.

Du bist nicht allein.

Meine Gesundheit
Mach es dir bequem und nimm dir Zeit für dein Wohlbefinden. Fragebögen erinnern dich, an deine körperliche und

Wir sind für dich da.

Achtsamkeitsübungen
Im Alltag sind wir oft so beschäftigt, das wir leicht vergessen auch mal inne zu halten. Mit unseren Yoga- und Entspannungsübungen schaffen wir die kleine Auszeit.

Relax.

In besonderen Zeiten braucht man besondere Unterstützung.

Mit der App PIA Health mein Mamaherz begleiten wir dich in deiner Schwangerschaft und im ersten Jahr mit deinem Baby. Wir unterstützen dich, deinen Stress zu reduzieren und deine Lebensqualität zu erhöhen.

Wie unterstützt dich die App PIA Health mein Mamaherz?

- Kontakt zu allen wichtigen Beratungsstellen aus deiner Region, rund um Schwangerschaft und Geburt
- Informationen zu deiner aktuellen Schwangerschaftswoche
- Unterstützung, die an deine Bedürfnisse angepasst ist
- Betreuung durch das mein Mamaherz Netzwerk