# SSW-Tabelle: Schwangerschaftswochen, Termine und Entwicklung

Stand: 17. Oktober 2026 · Online mit Erklärungen und Rechner: https://tabelle.net/ssw-tabelle

Eine Schwangerschaft dauert vom ersten Tag der letzten Periode bis zum errechneten Termin 280 Tage oder 40 Wochen. Gezählt wird in vollendeten Wochen und Tagen: 12+3 heißt 12 Wochen und 3 Tage – Du bist dann in der 13. Schwangerschaftswoche (SSW). Die Tabelle zeigt für jede SSW von 1 bis 42 die Schreibweise, den Monat, das Trimester, Näherungswerte für Größe und Gewicht des Kindes und die Vorsorgetermine nach den Mutterschafts-Richtlinien.

**Dauer bis zum Termin: 280 Tage = 40+0 · Naegele-Regel: +7 Tage -3 Monate +1 Jahr · Ultraschall-Screenings: 9.–12., 19.–22., 29.–32. SSW · Mutterschutz ab: 34+0 (6 Wochen vor dem Termin)**

## Schwangerschaftswochen 1 bis 42: Notation, Monat, Trimester, Größe, Gewicht und Termine

| SSW | Notation | Monat | Trimester | Scheitel-Steiß-Länge (mm) | Gewicht des Kindes (g) | Termine und Hinweise |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 0+0 – 0+6 | 1 | 1. | – | – | – |
| **2** | 1+0 – 1+6 | 1 | 1. | – | – | – |
| **3** | 2+0 – 2+6 | 1 | 1. | – | – | Befruchtung meist um 2+0 (bei 28-Tage-Zyklus) |
| **4** | 3+0 – 3+6 | 1 | 1. | – | – | – |
| **5** | 4+0 – 4+6 | 2 | 1. | – | – | erwartete Periode bleibt aus (4+0) |
| **6** | 5+0 – 5+6 | 2 | 1. | – | – | – |
| **7** | 6+0 – 6+6 | 2 | 1. | – | – | – |
| **8** | 7+0 – 7+6 | 2 | 1. | – | – | – |
| **9** | 8+0 – 8+6 | 3 | 1. | – | – | **1. Ultraschall-Screening (8+0 bis 11+6)** |
| **10** | 9+0 – 9+6 | 3 | 1. | 22 | – | **1. Ultraschall-Screening (8+0 bis 11+6)** |
| **11** | 10+0 – 10+6 | 3 | 1. | 33 | 35 | **1. Ultraschall-Screening (8+0 bis 11+6)** |
| **12** | 11+0 – 11+6 | 3 | 1. | 44 | 45 | **1. Ultraschall-Screening (8+0 bis 11+6); ab 11+0: Rhesus-Test am Kind möglich (bei Rh-negativer Mutter)** |
| **13** | 12+0 – 12+6 | 4 | 2. | 56 | 58 | – |
| **14** | 13+0 – 13+6 | 4 | 2. | 68 | 73 | – |
| **15** | 14+0 – 14+6 | 4 | 2. | 81 | 93 | – |
| **16** | 15+0 – 15+6 | 4 | 2. | – | 117 | erneuter Röteln-Test, falls keine Immunität nachgewiesen |
| **17** | 16+0 – 16+6 | 5 | 2. | – | 146 | erneuter Röteln-Test, falls keine Immunität nachgewiesen |
| **18** | 17+0 – 17+6 | 5 | 2. | – | 181 | – |
| **19** | 18+0 – 18+6 | 5 | 2. | – | 223 | **2. Ultraschall-Screening (18+0 bis 21+6)** |
| **20** | 19+0 – 19+6 | 5 | 2. | – | 273 | **2. Ultraschall-Screening (18+0 bis 21+6)** |
| **21** | 20+0 – 20+6 | 6 | 2. | – | 331 | **2. Ultraschall-Screening (18+0 bis 21+6)** |
| **22** | 21+0 – 21+6 | 6 | 2. | – | 399 | **2. Ultraschall-Screening (18+0 bis 21+6)** |
| **23** | 22+0 – 22+6 | 6 | 2. | – | 478 | – |
| **24** | 23+0 – 23+6 | 6 | 2. | – | 568 | 2. Antikörpersuchtest (23+0 bis 26+6) |
| **25** | 24+0 – 24+6 | 7 | 2. | – | 670 | 2. Antikörpersuchtest (23+0 bis 26+6); Test auf Schwangerschaftsdiabetes (24+0 bis 27+6) |

| SSW | Notation | Monat | Trimester | Scheitel-Steiß-Länge (mm) | Gewicht des Kindes (g) | Termine und Hinweise |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **26** | 25+0 – 25+6 | 7 | 2. | – | 785 | 2. Antikörpersuchtest (23+0 bis 26+6); Test auf Schwangerschaftsdiabetes (24+0 bis 27+6) |
| **27** | 26+0 – 26+6 | 7 | 2. | – | 913 | 2. Antikörpersuchtest (23+0 bis 26+6); Test auf Schwangerschaftsdiabetes (24+0 bis 27+6) |
| **28** | 27+0 – 27+6 | 7 | 3. | – | 1.055 | Test auf Schwangerschaftsdiabetes (24+0 bis 27+6); Anti-D-Prophylaxe bei Rh-negativer Mutter (27+0 bis 29+6) |
| **29** | 28+0 – 28+6 | 8 | 3. | – | 1.210 | **Anti-D-Prophylaxe bei Rh-negativer Mutter (27+0 bis 29+6); 3. Ultraschall-Screening (28+0 bis 31+6)** |
| **30** | 29+0 – 29+6 | 8 | 3. | – | 1.379 | **Anti-D-Prophylaxe bei Rh-negativer Mutter (27+0 bis 29+6); 3. Ultraschall-Screening (28+0 bis 31+6)** |
| **31** | 30+0 – 30+6 | 8 | 3. | – | 1.559 | **3. Ultraschall-Screening (28+0 bis 31+6)** |
| **32** | 31+0 – 31+6 | 8 | 3. | – | 1.751 | **3. Ultraschall-Screening (28+0 bis 31+6)** |
| **33** | 32+0 – 32+6 | 9 | 3. | – | 1.953 | Vorsorge ab jetzt alle 2 Wochen |
| **34** | 33+0 – 33+6 | 9 | 3. | – | 2.162 | – |
| **35** | 34+0 – 34+6 | 9 | 3. | – | 2.377 | Mutterschutz beginnt (34+0, 6 Wochen vor dem Termin) |
| **36** | 35+0 – 35+6 | 9 | 3. | – | 2.595 | – |
| **37** | 36+0 – 36+6 | 10 | 3. | – | 2.813 | – |
| **38** | 37+0 – 37+6 | 10 | 3. | – | 3.028 | ab 37+0 keine Frühgeburt mehr |
| **39** | 38+0 – 38+6 | 10 | 3. | – | 3.236 | – |
| **40** | 39+0 – 39+6 | 10 | 3. | – | 3.435 | – |
| **41** | 40+0 – 40+6 | – | 3. | – | 3.619 | errechneter Geburtstermin (40+0); Terminüberschreitung (40+1 bis 41+6) |
| **42** | 41+0 – 41+6 | – | 3. | – | – | Terminüberschreitung (40+1 bis 41+6) |

Ultraschall-Screening

SSW = laufende Woche, Notation = vollendete Wochen + Tage, gezählt ab dem ersten Tag der letzten Periode. Länge und Gewicht gelten für den Wochenbeginn (x+0) und sind statistische Mittelwerte: Scheitel-Steiß-Länge nach INTERGROWTH-21st (9+0 bis 14+0), Gewicht als Median nach Hadlock (10+0 bis 40+0). Monat: 10 Monate zu je 4 Wochen. Die Grenzen der Trimester sind nicht einheitlich festgelegt.

## Vorsorgeuntersuchungen nach den Mutterschafts-Richtlinien (Stand 25.08.2026)

| Untersuchung | Zeitraum (Notation) | entspricht SSW | Inhalt |
|---|---|---|---|
| **Erstuntersuchung** | so früh wie möglich | – | Vorgeschichte, Blutgruppe und Rhesusfaktor, Antikörpersuchtest, Tests auf Syphilis, Hepatitis B und Chlamydien, Röteln-Immunität (wenn keine zwei Impfungen belegt sind); ein HIV-Test wird angeboten |
| **Regeluntersuchung** | etwa alle 4 Wochen | bis 32. | Blutdruck, Gewicht, Urin auf Eiweiß und Zucker, Stand der Gebärmutter, Herztöne und Lage des Kindes; Hämoglobin in der Regel ab dem 6. Monat |
| **Regeluntersuchung** | etwa alle 2 Wochen | 33.–40. | in den letzten acht Wochen vor dem Termin |
| **1. Ultraschall-Screening** | 8+0 bis 11+6 | 9.–12. | Sitz in der Gebärmutter, Herzaktion, Mehrlinge, Scheitel-Steiß-Länge zur genauen Bestimmung des Schwangerschaftsalters |
| **Rhesusfaktor des Kindes (NIPT-RhD)** | ab 11+0 | ab 12. | Bluttest für Rh-negative Schwangere mit einem Kind |
| **2. Ultraschall-Screening** | 18+0 bis 21+6 | 19.–22. | Maße von Kopf, Bauch und Oberschenkelknochen; wahlweise mit systematischer Untersuchung der Organe durch besonders qualifizierte Ärztinnen und Ärzte |
| **2. Antikörpersuchtest** | 23+0 bis 26+6 | 24.–27. | für alle Schwangeren |
| **Screening auf Schwangerschaftsdiabetes** | 24+0 bis 27+6 | 25.–28. | 50-g-Zuckertest ohne Nüchternheit; bei auffälligem Wert 75-g-Test nüchtern |
| **Anti-D-Prophylaxe** | 27+0 bis 29+6 | 28.–30. | Spritze für Rh-negative Schwangere, außer das Kind ist sicher Rh-negativ |
| **3. Ultraschall-Screening** | 28+0 bis 31+6 | 29.–32. | Lage, Herzaktion, Maße von Kopf, Bauch und Oberschenkel, zeitgerechte Entwicklung |
| **Nach der Geburt** | 1. Woche und nach 6–8 Wochen | – | zwei Untersuchungen der Mutter, die erste mit Hämoglobinbestimmung |

Zusammengefasst nach den Mutterschafts-Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses. Bei besonderen Risiken sind häufigere oder zusätzliche Untersuchungen vorgesehen.

### Quellen


• G-BA: Mutterschafts-Richtlinien (Fassung vom 16.07.2026, in Kraft seit 25.08.2026) – https://www.g-ba.de/richtlinien/19/
• § 3 MuSchG – Schutzfristen vor und nach der Entbindung – https://www.gesetze-im-internet.de/muschg_2018/__3.html
• familienplanung.de (BIÖG): Schwangerschaftswochen im Überblick – https://www.familienplanung.de/schwangerschaft/schwangerschaftswochen/
• familienplanung.de: Wie werden die Schwangerschaftswochen gezählt? – https://www.familienplanung.de/schwangerschaft/schwangerschaftsvorsorge-und-begleitung/schwangerschaftswochen-zaehlen/
• Hadlock FP et al.: In utero analysis of fetal growth: a sonographic weight standard. Radiology 1991 (PubMed) – https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1887021/
• Papageorghiou AT et al.: International standards for early fetal size and pregnancy dating based on crown–rump length (INTERGROWTH-21st). Ultrasound Obstet Gynecol 2014 – https://doi.org/10.1002/uog.13448
• WHO: Preterm birth – Fact sheet – https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth
• BfArM: ICD-10-GM 2026, P05–P08 (Definition übertragenes Kind ab 42 vollendeten Wochen) – https://klassifikationen.bfarm.de/icd-10-gm/kode-suche/htmlgm2026/block-p05-p08.htm


Die SSW-Tabelle dient der allgemeinen Orientierung. Größe und Gewicht sind statistische Näherungswerte, die im Einzelfall deutlich abweichen können. Die Tabelle ersetzt keine ärztliche Beratung und keine Betreuung durch die Hebamme; bei Blutungen, Schmerzen oder Unsicherheit wende Dich sofort an Deine Praxis oder Klinik.