

	BMI vor der Schwangerschaft	Empfohlene Gewichtszunahme in kg (total)
Normales Gewicht	18.5 – 24.9	11.5 – 16
Untergewicht	< 18.5	12.5 – 18
Übergewicht	25 – 29.5	7 – 11.5
Starkes Übergewicht (Klasse I)	30 – 34.5	5 – 9
Starkes Übergewicht (Klasse II)	35 – 39.5	1 – <5
Starkes Übergewicht (Klasse III)	>=40	0
Zwillings-Schwangerschaft		15.9 – 20.4