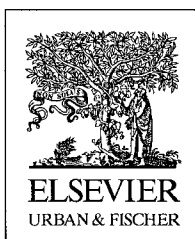


Jutta Ott-Gmelch Verena Böning

# Geburt erleben

Zwischen Niederkommen und Hochgefühl

Fotografien von Sebastian Schupfner



**URBAN & FISCHER**

München · Jena

# Inhalt

## **6 Einleitung**

## **12 Die Schwangerschaft**

- 14 Andere Umstände – andere Fähigkeiten
- 16 Vorsorge: Gesundheit bewahren und fördern
- 17 Schwangerschaftsmedizin
- 22 Sicherheit
- 26 Geburtsvorbereitung
- 30 Die letzten Tage und Wochen der Schwangerschaft
- 32 Mutter und Kind bereiten sich vor
- 35 Der Beginn der Geburt

## **40 Die Geburt**

- 45 Wehen
- 49 Hilfe und Unterstützung
- 52 Der Geburtsverlauf
- 71 Geschafft – willkommen!
- 78 Unterstützung nach der Geburt
- 80 Wenn es anders kommt
- 82 Wenn es gar nicht anders geht: Kaiserschnitt
- 89 Die ersten Stunden nach der Geburt

## **92 Das Wochenbett**

- 96 Zurück zum Normalzustand
- 99 Stillen: Kein Buch mit sieben Siegeln
- 99 Himmelhoch jauchzend – zu Tode betrübt
- 100 Der Anfang einer lebenslangen Beziehung

## **102 Anhang**

- 102 Glossar
- 108 Literatur & Co.
- 110 Nützliche Adressen
- 111 Autorin, Grafikdesignerin, Fotograf