

Ulrich Diekmeyer

Das Elternbuch

**Unser Kind im
ersten Lebensjahr**

Ärztliche Beratung: Dr. med. Brigitte Mertin

Rowohlt Taschenbuch Verlag
°

landes-Lsiirsr-Bibliothek
des Fürstentums Liechtenstein
” ’
Vaduz

Inhalt

Einführung	131	Wie sich die Geburt ankündigt	29
Ihr Kind - Persönlichkeit und Partner	14	Lage des Kindes	30
		Soll der Vater bei der Geburt dabei sein?	31
Praktische Hinweise	17	Verlauf der Geburt	31
		Das Kind nach der Geburt	34
		Die Mutter nach der Geburt	35
		Früh- und Spätgeburt	36

Rund um die Geburt	23 j	Das erste Kind verändert Ihr Leben	38
Letzte Vorbereitungen vor der Geburt	24	Die Situation des ersten Kindes	38
Arzttermine, Kurse, Mutterpass und Hebamme	24	Junge Familie - was ist jetzt anders?	39
Was Sie in der Klinik brauchen	25	Besondere Familienformen und -Situationen	41
Vorbereitungen für die Zeit nach der Geburt	26		

Haus- oder Klinikgeburt?	27	t Der Körper des Kindes	45
Was für die Klinik spricht	27	So verändert sich der Körper Ihres Kindes im ersten Lebensjahr	46
Was für die Hausentbindung spricht	27	Die Geburt	
Rooming-in	28	als größte Umstellung	46
Die ambulante Geburt	28	Entwicklung des Schädels	48
Ihr Kind erblickt das Licht der Welt	29	Atmung	49
Der Geburtstermin	29		

Herz und Kreislauf	49	Ihr Kind hat seinen eigenen	
Verdauungsorgane	50	Tagesrhythmus	67
Nieren	50	Essen	67
Sexuelle Entwicklung	50	Spiele und Beschäftigungen	68
Ungesteuerte		Schlafen	68
und gesteuerte Reaktionen	51		
Sauberkeitserziehung	51	Die Früherkennungs-Unter-	
		suchungen sind lebenswichtig	69
Die Zähne	53		
Milchzähne	53	Impfungen - kein Problem	72
Schmerzen beim Zahnen	53		
Das erleichtert		Das können Sie vorbeugend tun,	
den Zahndurchbruch	53	um Unfälle zu vermeiden	75
Zahnpflege	54		
		Erste Hilfe	80
So bleibt Ihr Kind			
gesund und vergnügt	55	So helfen Sie	
Schlaf	55	Ihrem kranken Kind	86
Frische Luft und Sonne	57	Allgemeine Krankheitssymptome	!
Hygiene und Pflege	58	und ihre Behandlung	86
Aufnehmen		Besuch beim Kinderarzt	88
und Tragen des Babys	59	Mütterberatungsstellen	89
Nabelpflege	60	Häufige Krankheiten	89
Das tägliche Waschen	60	Plötzlicher Kindstod	95
Baden macht erst Spaß,			
wenn's spritzt	61		
Haarwäsche	63		
Hautpflege	64	^Ernährung	97
Nägelschneiden	64		
Wiegen	64	Muttermilch - das Beste	
Wickelmethode	64	für die ersten Lebensmonate	98
Zimmertemperatur	66	Die Vorteile der Muttermilch	99
		Stillregeln	101
		Ernährung der Mutter	106
		Schwierigkeiten beim Stillen	106
		Abstillen	108

Die Mahlzeit aus der Flasche	109	Ausstattung und Gestaltung des Lebensraums	133
Ernährung mit Fertigprodukten	109		
Die Zubereitung der Flaschennahrung	114		
Hat Ihr Baby Durst?	114		
Jetzt wird der Speiseplan reichhaltiger	116	Wäsche und Kleidung sollten vor allem praktisch sein	134
Beikost	116	Zum Thema Windeln	134
Breikost	118	Die richtige Garderobe für Ihr Kind	135
Mit dem Löffel essen	121	Schuhe	139
Kräftigende Zugaben	122	Im Bett soll sich Ihr Kind richtig wohl fühlen	140
junior- und Kleinkinderko ^{at}	122	Korb, Wiege oder Wagen?	140
Essen und Trinken macht allen Kindern Spaß	123	Das richtige Bett	140
Die Flasche	123	Wichtige Tipps rund ums Kinderbett	142
Die richtige Nahrungsmenge	123	Ihr Kind braucht sein eigenes Kinderzimmer	144
Gebrauch von Fertigprodukten	125	Größe und Lage	144
So lernt Ihr Kind essen und trinken	125	Raumausstattung	145
Hygiene und Ausstattung der Babyküche	128	Unterwegs - mit Kind und Kegel	149
Regelung der Verdauung	129	Kinderwagen - Sportwagen - Tragetasche	149
Normaler Stuhlgang	129	Tragetuch und Rucksack	152
Verstopfung	129	Sicherheit im Auto	153
Durchfall	129	Einige Tipps für den Kauf der «Transportgeräte»	154
Maßnahmen bei Beschwerden	131	Auch daran sollten Sie denken	155
		Reisen mit Kleinstkindern	155



Mitwelt	157 J	Jeder Zwilling ist eine eigene Persönlichkeit	170
Vater und Mutter, meine besten Freunde	158	Verwandte, Freunde und Bekannte	174
Familie heute	158		
Die Bedeutung der Eltern für das Kind	159		
Die Beziehung der Eltern untereinander	161	^ Psychische Entwicklung	177
Helfer berufstätiger Eltern	163		
Mutti, spielst du jetzt nicht mehr mit mir?	166	Das erfährt Ihr Kind im ersten Lebensjahr	178
Geschwister wollen informiert sein	166	Was Entwicklung bedeutet	178
Ängste älterer Geschwister	166	Das Neugeborene und seine Mutter	180
Altersabstand zwischen Geschwistern	169	Das erfährt ein Kind beim Stillen	181

Was Wahrnehmen mit Wünschen zu tun hat	182	Ab dem achten Monat	218
Das Kind		Ab dem zehnten Monat	219
und der Erwachsene	183	Ab dem zwölften Monat	220
Die Sprechentwicklung	183	Wer viel sieht, lernt viel	221
Die Bandbreite der Entwicklung	185	Ab dem ersten Monat	221
		Ab dem dritten Monat	221
		Ab dem vierten Monat	222
		Ab dem fünften Monat	223
		Ab dem sechsten Monat	225
		Ab dem neunten Monat	226
Die häufigsten Ursachen für Fehlentwicklungen	188	Mit Mund und Händen fühlen und tasten	227
Feste Bezugspersonen sind wichtig	188	Ab dem ersten Monat	227
Schädliche Haltungen und Einstellungen	/ 190	Ab dem dritten Monat	227
Ihr Kind will von Anfang an spielen	193	Ab dem vierten Monat	229
Spielen ist lernen	193	Ab dem siebten Monat	229
Geeignetes Spielzeug	194	Wer viel hört, will bald auch sprechen	231
Spielen Sie mit Ihrem Kind	199	Ab dem ersten Monat	231
		Ab dem vierten Monat	232
		Ab dem sechsten Monat	232
		Ab dem achten Monat	233
Entwicklungsanregungen 201 J		Das Musikverständnis fördern	235
Was Sie über die Entwicklungsanregungen wissen sollten	202	Ab dem dritten Monat	235
Die wichtigsten Lernregeln	204	Ab dem sechsten Monat	236
Das Verhalten Ihres Kindes	209		
Ihr eigenes Verhalten	210	Ihr Kind will Lärm machen	237
Gymnastik und Bewegung machen Ihr Kind vergnügt	211	Ab dem vierten Monat	237
Ab dem ersten Monat	211	Ab dem sechsten Monat	237
Ab dem zweiten Monat	211	Kreativität und Denken von Anfang an	239
Ab dem vierten Monat	213	Ab dem dritten Monat	239
Ab dem sechsten Monat	215		

Ab dem sechsten Monat	239	Einkommengrenzen	260
Ab dem neunten Monat	241	Elternzeit	261
Ab dem elften Monat	242		
Die Selbstsicherheit wächst mit dem Vertrauen in die Welt	244	Die wichtigsten Leistungen des Staates für Familien mit Kindern	262
Ab dem ersten Monat	244		
Ab dem dritten Monat	245		
Ab dem sechsten Monat	245		
		<u>^Übersichten</u>	265
Sie können die Gefühle Ihres Kindes wecken	247	So entwickeln sich Körper, Wahrnehmung und soziales Verhalten	266
Ab dem ersten Monat	247	Am Ende des 1. Monats	266
Ab dem zweiten Monat/	247	Am Ende des 2. Monats	266
Ab dem vierten Monat	248	Am Ende des 4. Monats	267
Ab dem sechsten Monat	249	Am Ende des 6. Monats	268
Ab dem achten Monat	250	Am Ende des 8. Monats	268
So öffnen Sie Ihrem Kind den Weg zu anderen Menschen	251	Am Ende des 10. Monats	270
Ab dem ersten Monat	251	Am Ende des 12. Monats	270
Ab dem zweiten Monat	252		
Ab dem dritten Monat	252	Bei diesen Symptomen sollten Sie den Arzt fragen	272
Ab dem vierten Monat	254		
Ab dem sechsten Monat	255	Über diese Adressen erhalten Sie Hilfe und Auskünfte	274
Ab dem achten Monat	255	Vergiftungserscheinungen	274
		Sonstige Notfälle und Beratung	274
Ausgewählte Rechtsfragen	257		
Mutterschutz, Erziehungsgeld und Elternzeit	258	Gewicht und Größe	276
Mutterschutz	258	Literatur	278
Teilzeitarbeit	260	Bildquellen	281
		Register	282