

Register

A

- Aberglaube 47
- Abführmittel 84, 359
- Abnehmen 167, 370
- Abstrich 140
- Abtreibung 148
- Affäre, außereheliche 183
- AFP-Bestimmung, siehe Alpha-Feto-Proteintest
- Alkohol-Embryopathie 16
- Alpha-Feto-Proteintest 106, 146
- Amenorrhö, siehe Ausbleiben der Periode
- Ammenmärchen 264
- Amniozentese 106, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 255
 - Angst vor den Folgen 250
- Angst
 - als Mutter zu versagen 115
 - hässlich zu werden 108
 - um das Baby 105
 - vor den Wehen 116
 - vor der Geburt 116
 - vor der PDA 117
 - vor Fehlgeburt 102, 181, 246, 248, 250
 - vor Untersuchungen 146, 148
 - wie die eigene Mutter zu werden 110
 - zur Mutter des Mannes zu werden 111
 - zu versagen 115
- Angst der Mutter
 - vor der Geburt 263
 - zu Versagen 262
- Ängste 253
 - der Männer 239
 - der Mutter 245, 265, 351
- Ängste der Männer
 - das Baby zu verletzen 181
 - dass die Frau sterben könnte 244
 - Durchtrennen der Nabelschnur 242
 - kein guter Vater zu sein 244
 - nicht Baby sein zu dürfen 239
 - nie mehr Sex 243
 - seiner Frau nicht helfen zu können 242
 - vor Abhängigkeit 244
 - vor der Geburt 241, 242
 - vor Geldnöten 239
 - was aus ihrer Frau wird 240
 - wie der eigene Vater zu werden 245
- Ängste der Mutter 90, 102, 131
- Angst, eine schlechte Mutter zu sein 115
- Angst, vor Fehlern 112
- Antidepressiva 367
- Antihistaminikum 66
- Appetitlosigkeit 269
- Arzt, Wahl des passenden 128, 130
- Atembeschwerden 268, 269
- Atemnot 268
- Ausbleiben der Periode 31
- Ausfluss, vaginaler 9, 202
- Ausgangsgewicht 53
- Aussehen in der Schwangerschaft 197, 205, 207, 209, 213, 216, 240
- Aussehen, in der Schwangerschaft 65, 161, 169, 373
- Aussehen, nach der Geburt 286
- Autositz 301, 302

B

- Babyausstattung 301, 303, 304
 - Decken 307
 - Hemdchen 304
 - Mützchen 306
 - Nackenrolle 308
 - Schnuller 306
 - Schühchen 305
 - Spucktücher 308
 - Tipps 305
 - Windeln 304
- Babyausstattung 309
- Babybelt 215
- Babyblues 365
- Babykleidung 304
- baden 88
- Bauchkrämpfe 24, 317
- Beckenboden
 - Übungen 172
- Beckenbodenmuskulatur
 - schwache 375
- Binden 25, 32, 291, 294
- Blähungen 267
- Blasenschwäche 217, 375
- Blutabnahme 146
- Blutdruckmessung 142
- Bluttests 140, 248
- Blutuntersuchungen 139
- Blutzuckerspiegel 145
- Braxton-Hicks-Kontraktionen 8, 162, 324
- Brust
 - schlaffere 189
- Brüste 22, 57, 187, 204, 211
 - kleinere nach der Schwangerschaft 373
 - schlaffere 59
 - Veränderungen in der Stillzeit 9
- Brustschale, siehe Milchauffangschale
- Brustwarzen
 - Veränderungen der 187, 374

C

- Cellulitis 211, 212
- Chlamydieninfektion 140
- Chloasma 214, 225
- Chorionzottenbiopsie 106, 150, 151, 255
- Couvade-Syndrom 234
- CTG, siehe Kardiotokographie
- CVS, siehe Chorionzottenbiopsie

D

- Dammschnitt 173
 - Nähen des 347
- Dauerwelle 61, 223
- Demenz
 - postnatale, siehe Wochenbettdepression
- Dessous 214
- Diabetes 141, 145
 - Schwangerschafts- 145
- Down-Syndrom 106, 107, 146, 149, 250
- Durchfall 317

E

- Einlauf 318
- Einzelpraxis 131
- Eiscreme 81
- Elternsein 232
- Entbindung
 - Ablauf der 337, 345
 - Erwartungen an die 344
 - Tipps bevor es losgeht 331
 - Vorbereitungen auf die 300
- Entbindungsstation 329
- Entbindungstermin naht 278
- Entbindungszimmer 280, 335, 348
- Enthaarungsmethoden 223
- Entscheidung
 - schwierige 62, 255

Entscheidungen, schwierige 150
 Erbkrankheiten 106, 147
 Erbrechen, unter der Geburt 339
 Ernährung 81, 153
 Eröffnungswehen 339
 Erregung, sexuelle 69, 178, 187, 269
 Erzählen von der Schwangerschaft 34

F

Fantasien, sexuelle 186
 Fehlgeburt 25, 47, 48, 76, 96, 102, 103, 104, 133, 148, 165, 248, 250
 – Gefühle nach einer 249
 Fetozid 255
 Fettpölsterchen 57
 Fitness 155, 157, 161, 163, 199, 344
 Fitnessstudio 157
 Fitnessübungen 162
 Fliegen, in der Schwangerschaft 115
 Frauenarzt 11, 12, 14, 15, 33, 36, 37, 56, 75, 89, 90, 121, 123, 124, 125, 126, 134, 151, 217, 235, 236, 249, 262, 274, 278, 365
 Fremde 49
 Freundinnen 41
 Fruchtblase, Platzen der 281, 319
 Fruchtwasseruntersuchung, siehe Amniozentese

G

Gase 73
 Gebärmutterhals
 – Verstreichen des 321, 340
 Geburt
 – Ablauf der 337, 345
 – Freundin bei der 299
 – Videoaufnahmen 297

– Zeichen für die bevorstehende 316
 Geburtsbeginn 310
 Geburtserfahrung 264
 Geburtstermin
 – Anzeichen für das Erreichen des 268, 269, 270, 273, 276, 278, 279
 Geburtsvorbereitungskurs 209, 236, 237, 241, 267
 Geburt und Trauma 347
 Gefühlschaos 233
 Gefühlsschwankungen 92
 Geheimrezept
 – gegen Übelkeit 80
 Gemeinschaftspraxis 130
 Genervtsein 30, 314
 Gerüche
 – Empfindlichkeit 29
 Getränke
 – kohlen säurehaltige 74
 Gewicht
 – Abnehmen 370
 Gewichtskontrolle 54
 Gewichtsveränderungen 166
 Gewichtszunahme 21, 42, 53, 153, 167, 190, 215, 254, 275
 Glukose-Toleranz-Test 145
 Gynäkologe, siehe Frauenarzt

H

Haare 61, 221, 223
 Haare färben 62, 114, 222
 Haare tönen, siehe Haare färben
 Hämorrhoiden 12, 85, 86, 87, 88, 90, 251, 316, 359, 360
 – Linderung von 88
 Harndrang 317
 – häufiger 22
 Haut 65, 225
 – Veränderungen nach der Schwangerschaft 374

Hebamme 118, 121, 122, 124, 131,
152, 238, 289, 300, 336, 337, 339,
340, 341, 342, 347, 348
Hefepilze 228
Heißhunger 17, 81
Herausforderungen, sexuelle 177
Herztöne des Babys 152
Hormonbehandlung 137
Hormonschwankungen 76
Hormonspiegel 217
Hunger 98, 295, 300, 357

I

IBCLC, Siehe Laktationsberaterin
Inkontinenz 172, 217, 376
Intuition 32
In-vitro-Fertilisation 258
Ischiasbeschwerden 171
– Tipps gegen 277
IVF, Siehe In-vitro-Fertilisation

J

Joggen 376
Juckreiz 66, 67, 203

K

Kaiserschnitt 8, 107, 117, 121, 126,
127, 131, 134, 141, 261, 262, 263,
264, 295, 326, 328, 344, 345,
346, 358, 364, 366, 376
– geplanter 326
Kardiotokographie 152
Kissen 289
Kleidung, nach der Entbindung
286
Klinikkoffer 288, 290, 293, 296
Klistier 282
Kolostrum 295
Konaktion-Tropfen 348
Kontraktionen, siehe Wehen

Konzentrationsfähigkeit 92
Körpergefühl
– in der Schwangerschaft 51
Kortisonspritzen 89
Krankenhaus
– Aufnahme ins 334
– Fahrt ins 332
Kratzen 66
Künstliche Befruchtung 246, 252,
256

L

Laktationsberaterin 297
Lamaze-Atmung 292, 334, 343
Launen 90, 231, 233, 241, 315
– unter der Geburt 336

M

Männer 38, 229, 234
– bei der Geburt 341
Massage 276
Mehrlinge 144, 254, 256
Mieder 215
Milchauffangschale 296
Müdigkeit 23, 157, 362, 365
Mütter
– die eigene 42
– Schwiegermütter 233
Mutterliebe, Entstehung der 347
Muttermund
– geöffneter 321
– Öffnung des 321
Muttermundsdehnung 281
Mythos der perfekten Mutter 265

N

Nabelschnur
– Durchtrennung der 346
Nachgeburt 291
Nägel 61

Nase, verstopfte 228
 Nervenkitzel 182
 Nestbautrieb 311, 312, 314, 318
 Neugeborenes 304, 355

O

Ohnmacht
 – bei der Geburt 242
 Oma 45
 Oralsex 69, 181, 189
 Orgasmus 69, 172, 174, 183, 186,
 189, 192, 358, 362, 364, 375
 Oxytozin 121, 189, 280, 343, 344
 Oxytozin-Infusion 280

P

Partner, Siehe auch Männer
 Partnerschaft 99, 178, 179, 180,
 230, 231, 235, 243, 244, 245
 PDA 9, 10, 86, 113, 117, 122, 123,
 160, 243, 334, 341, 342, 343, 345,
 346
 – Ablauf der 342
 Pediküre 65
 Periduralanästhesie, siehe PDA
 Pigmentstreifen auf dem Bauch 70
 Pigmentveränderungen 68, 70,
 225
 Placenta praevia 8, 252, 326
 Plazenta
 – Ausstoßen der 346
 – kleine Risse 164
 Po 60, 204, 370
 Präeklampsie 141, 142
 Pressen 339
 Presswehen 339
 Progesteron-Vergiftung 76, 77
 Psychiater 30
 Putzwahn 311, 313

R

Rauchen 16, 107, 265
 Rückenschmerzen 276
 Rülpsen 73

S

Schamlippen
 – Veränderungen der 187
 Schlaflosigkeit 270, 315
 Schleimpfropf 211, 318, 320
 Schmerzmittel 9, 100, 117, 118,
 122, 133, 277, 340, 341, 342, 343,
 345
 Schnuller 306
 Schnupfen in der Schwanger-
 schaft 269
 Schokolade 28, 81, 294
 Schuldgefühle
 – nach der Geburt 366
 Schwangerschaft 48
 – die letzten Wochen 268
 – fortgeschrittene 275
 – körperliche Veränderungen
 nach der 373
 Schwangerschaftsabbruch 148,
 255, 257
 Schwangerschafts-BH 218, 221,
 295
 Schwangerschafts-Diabetes 145
 Schwangerschaftshüter 113, 114,
 117
 Schwangerschaftsmaske 70, 214,
 225
 Schwangerschaftsrhinitis, siehe
 Nase, verstopft
 Schwangerschaftsstreifen 8, 66,
 67, 347
 – Massage gegen 66
 Schwangerschaftstest 139
 Schwankungen

– hormonelle 76
Schwimmen 171, 211
Schwindelgefühle 25
Sentimentalität 94
Sex
– Stellungen 191
Sexualität 176, 243
Sexualleben 24, 46, 179, 180, 183,
294, 362, 375
Sodbrennen 74, 267
Sonnenbaden 214, 225
Sonogramm, siehe Ultraschallun-
tersuchung
Sonographie, siehe Ultraschallun-
tersuchung
Spazieren gehen 172
Sperma-Spin-Theorie 170
Spermogramm 247
Spina bifida 106, 146
Spinalanästhesie, siehe PDA
Sport 156, 159, 182, 199, 370
Steißlage 326
Still-BH 295
Stillen 287, 288, 289, 295, 296, 356
– Kalorienverbrauch beim 168
Stillzeit 58, 59, 167, 168, 189
Stimmungsschwankungen 177
Stimulierung der Brustwarzen 188
Streben nach Perfektion 265
Stuhlgang 82
Stütz-Strumpfhosen 215

T

Tanzen 171
Tay-Sachs-Syndrom 107
Teint 67
Telefonliste 298
Tests, Siehe Untersuchungen
Torschlusspanik 253
Training, leichtes 164
Trampolinspringen 376
Trennung 244

U

Übelkeit 9, 11, 24, 26, 27, 46, 76,
77, 78, 79, 81, 82, 84, 158, 171,
177, 254, 316
– Tipps gegen 81
Übergangsphase 339
Ultraschalluntersuchung 106, 142
Umstandsmode 57, 60, 109, 195,
197, 201, 202, 207, 209, 226, 278
– besondere Ansprüche an 202
– tauschen und leihen 209
Ungeduld 96
Unsicherheit 133, 148
Untersuchungen 136
Urintests 141

V

Vaginalkulturen 140
Vaginalmuskeln
– Erschlaffung 172, 374
Vagina-Pups 275
Valsalva-Versuch 163
Väter
– bei der Geburt 236
Vater, der eigene 45
Vaterinstinkt 236
Verdauung 72, 84, 91
Verhütungsmittel 32, 182
Versagensängste 262
Vollnarkose 345
Vorsorgeuntersuchungen 138

W

Wahnsinn
– hormonell bedingter 29
Wassergeburt 122
Wehen 7, 40, 65, 84, 100, 102, 113,
116, 117, 122, 123, 127, 130, 132,
133, 152, 158, 162, 170, 188, 196,
235, 236, 237, 238, 241, 242, 243,

- 252, 263, 264, 268, 269, 270, 271, 277, 279, 280, 281, 282, 285, 290, 294, 297, 298, 300, 310, 311, 313, 317, 318, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 328, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 341, 342, 343, 344, 346
- Abneigung gegen Berührung während der 277
 - effiziente 325
 - falsche 323
 - Intensität der 338
 - produktive 335
 - Tipps 325
 - wann ins Krankenhaus? 324
- Weheneinleitung
- Hausmittel 280
- Wehenschreiber 152, 335, 336, 343
- Wiegen 153
- Wochenbettdepression 226, 253, 264, 356, 365, 366, 367
- Anzeichen 366

Y

Yoga 171, 199

Z

Zervix

- Dehnung der, siehe Muttermund, Öffnung des

Zwillinge 144, 254

SERVICE

Liebe Leserin, lieber Leser

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen. So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen. Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

E-Mail-Leserservice: heike.schmid@medizinverlage.de

Lektorat TRIAS Verlag, Postfach 300504, 70445 Stuttgart,

Fax: 0711 8931-748