

[Free and download] Babyzauber - Dein persnlicher Begleiter fr eine entspannte Schwangerschaft, Geburt und erste Babyzeit

Babyzauber - Dein persnlicher Begleiter fr eine entspannte Schwangerschaft, Geburt und erste Babyzeit

Von Sarah Schmid

*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #23275 in BcherVerffentlicht am: 2014-05-18Abmessungen: 8.31 x .47b x 5.87l, Einband: Taschenbuch116 Seiten | File size: 72.Mb

Von Sarah Schmid : Babyzauber - Dein persnlicher Begleiter fr eine entspannte Schwangerschaft, Geburt und erste Babyzeit before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Babyzauber - Dein persnlicher Begleiter fr eine entspannte Schwangerschaft, Geburt und erste Babyzeit:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolles BuchVon nadjaDas Buch an sich ist inhaltlich sehr empfehlenswert - endlich ein Babytagebuch mit etwas anderen Fragen und Anregungen. Sehr zu empfehlen dazu ist das Buch der Autorin Sarah Schmid "Alleingeburt".Leider ist die Verarbeitung sehr einfach ausgefallen. Die Seiten sind recht dnn, genauso das Cover.7 von 8 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Jede Schwangere sollte dieses Bchlein haben!Von AdrianeWelch ein toller Begleiter fr Schwangerschaft udn Geburt! Viele tolle Ratschle udn Tipps von A-Z, ergnzt durch Anregung zum kritischen Denken ber das Thema rund um.Wunderschne udn sehr ansprechende, liebevoll gestaltete "Aufgaben" mit viel Platz fr das Festhalten von Erinnerungen an Schwangerschaft udn Geburt!13 von 15 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. auergewhnlicher Begleiter, der zum Reflektieren einldtVon Eileen SchmittIn meinen bisherigen Schwangerschaften htte ich mir einen solchen Begleiter an meiner Seite gewnscht. Er ist zwar nicht aus Fleisch und Blut, hat mich aber sehr berhrt und wird mich in Folgeschwangerschaften sicherlich untersttzen.Schmids Begleiter startet mit dem Kinderwunsch. Alle die, die noch nicht schwanger sind, die es sich aber sehnlichst wnschen, knnen also im ersten Kapitel schon mal anfangen, sich zu informieren und Eintragungen zu machen.Dann geht es weiter mit der Schwangerschaft. Neben hilfreichen Tipps findet frau viel Platz fr ganz persnliche Tagebucheintragungen und wird ermutigt, sich ber bestimmte Fragen Gedanken zu machen und diese auch schriftlich festzuhalten.Zum Beispiel: Wie soll meine Geburt aussehen, was tue ich im Vorfeld dafr usw.Mit diesem Begleiter muss also niemand mehr blind in eine Geburt laufen, denn neben Informationen zum Geburtsverlauf oder unntigen Interventionen wird auch die

Möglichkeit gegeben, sich selbst zu fragen, was man möchte. Schmid schöpft aus ihrem Erfahrungswissen aus vier Schwangerschaften und Geburten. So versteht sie es, Beckenbodenübungen oder Selbstuntersuchungen knapp und verständlich an die Frau zu bringen. Wussten Sie, wie hilfreich die Hocke für eine gute Beckenbodenmuskulatur und eine gelungene Geburt sein kann? Oder wie Sie selbst ertasten können, in welcher Lage sich Ihr Kind befindet? Frauen werden ermutigt, auf ihre Intuition und ihr inneres Wissen zu vertrauen und die Verantwortung für ihre Schwangerschaften und Geburten selbst in die Hand zu nehmen. Das Buch "Babyzauber" ist für Frauen, die herkömmliche Wege gerne in Frage stellen, die selbstbewusst schwanger sein und gebären wollen, und die Spaß daran haben, zu reflektieren und ihre Gedanken zu verschriftlichen. Es ist ein knapper, aber präziser Ratgeber und ein Mitmachbuch, ein Begleiter, ein Anreger. Undogmatisch, neuartig, inspirierend. Es gibt übrigens auch eine Tabelle für die komplette Schwangerschaft und die ersten Babywochen, in die man seine Stimmung eintragen kann, was mir sehr gut gefällt. "Babyzauber" ist auch eine schöne Erinnerung, wenn man alles ausgefüllt hat und sich das später mit dem Kind oder in einer erneuten Schwangerschaft wieder durchliest.

Kurzbeschreibung Babyzauber ist dein persönlicher Begleiter für eine entspannte und selbstbewusste Schwangerschaft, Geburt und erste Babyzeit. Sarahs wertvolle Tipps helfen dir dabei, deine Intuition zu schärfen und gängige Gewohnheiten zu hinterfragen. Lerne, die Signale deines Körpers im Rahmen deiner Selbstvorsorge zu interpretieren. So bist du stets gut informiert und kannst die magischen 9 Monate mit deinem kleinen Bauchbewohner gesund genießen. Damit die Geburt zu einem sicheren Höhepunkt wird, planst du sie mithilfe dieses Buches bis ins kleinste Detail. Du berst nichts dem Zufall und prüfst deine Geburtshelfer bereits im Vorfeld auf Herz und Nieren. Das Baby ist da und mit ihm Emotionen, die du so nicht kanntest. Tauche ein in eine erfüllende Stillzeit und sei stolz auf deine einzigartigen Mama-Fähigkeiten. So wirst du auch Babys ersten Schnupfen besiegen und weit, wie du turbulente Nächte und manch andere Herausforderungen mamaschonend meisterst. Mit im Buch: * Viel Platz für deine Notizen und Erinnerungen * Tipps zum Alltags-Management mit Baby * Ernährungstipps Rezepte für leckere Gerichte in Schwangerschaft und Stillzeit*** Sarah Schmid ist rztin und Mutter von sechs Kindern. Mit ihrem Wissen möchte sie jungen Müttern den Einstieg ins Leben mit dem Baby erleichtern und die aktive Selbstfürsorge stärken. Zur umfangreichen Vorbereitung auf ein neues Erdenkind hat Sarah das Buch Alleingeburt - Schwangerschaft und Geburt in Eigenregie (edition riedenburg) verfasst. editionriedenburg.at*** Suchworte: Schwangerschaftsratgeber; Ratgeber; Geburt; Geburtsvorbereitung; Geburtsvorbereitungskurs; Sugling; Suglingspflege; Schwangerschaft; schwanger; Baby; Ernährung; Ernährung in der Schwangerschaft; Darm; Darm mit Charme; Darmgesundheit; Bakterien; Verdauung; Verstopfung; gesund schwanger; Schwangere; Tipps; Hebamme; Hebammen; Hebammensprechstunde; Hebammen-Sprechstunde; Sprechstunde; Arzt; rztin; Frauenarzt; Frauenrztin; Gestose; Schwangerschaftsvergiftung; vermeiden; Blutzucker; regulieren; Regulierung; Diabetes; Schwangerschaftsdiabetes; Neugeborenes; Babyzeit; wickeln; stillen; Füttern; Fläschchen; Brust; Brüste; windelfrei; Windel; Windeln; weglassen; Blähungen; Massage; Kummelzpfchen; Buchlein; Buchlein-Tee; Durchschlafen; Schlafprogramm; schlafen; Besucherritze; Jedes Kind kann schlafen lernen; Schlaf; Ferbern; Familie; Familienbett; Eltern; Vater; Mutter; Geschwisterkinder; Kind; Kinder; Kaiserschnitt; Geburt nach Kaiserschnitt; Beckenendlage; Darm mit Charme; Darmbakterien; Bakterien; chronische Verstopfung; Steilage; Dammschnitt; Dammschutz; Schwangerschaftsbelkeit; Rizinus; Hebammencocktail; Abnabeln; Nabelschnur; Nabel; aufrechte Gebrhaltung; Kindslage; Optimierung; Sternengucker; Sternengucker; Alleingeburt; Kindsbewegungen; Ultraschall; Entbindungstermin; Termin; errechneter Termin; unassisted childbirth; VBAC; Wunschgeburt

den Autor und weitere Mitwirkende Sarah Schmid ist rztin und Mutter von sechs Kindern. Mit ihrem Wissen möchte sie jungen Müttern den Einstieg ins Leben mit dem Baby erleichtern und die aktive Selbstfürsorge stärken. Zur umfangreichen Vorbereitung auf ein neues Erdenkind hat Sarah das Buch Alleingeburt Schwangerschaft und Geburt in Eigenregie (edition riedenburg) verfasst. Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.*** Schwangerenvorsorge *** Die offizielle Schwangerenvorsorge folgt einem festgelegten Schema, welche Untersuchungen in der wievielten Schwangerschaftswoche bei jeder Schwangeren durchgeführt werden sollen und welche Kriterien dazu geeignet sind, eine Frau als Risikoschwangere einzustufen mit der Folge zusätzlicher Untersuchungen. Allerdings schreibt niemand einer Schwangeren vor, an den Untersuchungen teilzunehmen. Du kannst also selbst wählen, was du möchtest. Das volle Programm beim Frauenarzt, oder vielleicht frauenärztliche Begleitung im Wechsel mit einer Hebamme. Auch die hauptschliche Betreuung durch eine Hebamme mit Verzicht auf Ultraschallbilder oder nur der Ultraschall beim Arzt: alles ist möglich. Du kannst dir bestimmte Untersuchungen aussuchen, die dir wichtig erscheinen, oder auf sämtliche Untersuchungen verzichten und dich selbst beobachten. Dein Baby wächst in dir, und je besser du dich um dich selbst kümmerst, desto seltener wirst du irgendeine Hilfe nötig haben. Vorsorgeuntersuchungen dienen dem Erkennen, wann evtl. Hilfe sinnvoll ist, falls du es nicht selber merkst. Dass so eine Situation gar nicht erst eintritt, dafür kannst du selbst am besten sorgen: Lerne, in dich hineinzuspüren, deinen Körper wahrzunehmen und zu fühlen, wie es ihm geht. Auch wenn du zu einer offiziellen Vorsorge gehst, solltest du innerlich nicht die gesamte Verantwortung für deine

Schwangerschaft an die Hebamme oder den Arzt übertragen sehen. Werde selbst aktiv, finde heraus, was dir gut tut, und bereite dich dabei mental und körperlich auf die Geburt vor. Wie das in der Praxis aussieht, gestaltest du dabei ganz nach deinen Bedürfnissen. Brauchst du Entspannung und Ruhe, dann gönnt du dir vielleicht regelmäßig Massagen oder einen Mittagsschlaf. Mchtest du dazu deinen Körper beweglich und fit halten, gehst du vielleicht spazieren, schwimmen oder zum Yoga. Ist deine Körperhaltung schief oder liegt dein Baby auch zum Ende hin in einer für die Geburt noch nicht optimalen Position, helfen vielleicht Besuche beim Osteopathen, deinen Körper wieder besser ins Lot zu bringen. Wie auch immer deine individuelle Pflege aussehen mag: Gönne dir und deinem Baby, was wirklich gut für euch ist!