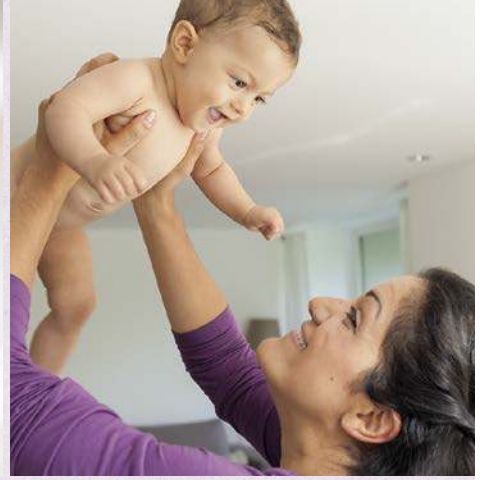


Birgit Gebauer-Sesterhenn | Dr. med. Manfred Praun

Das große GU Babybuch



G|U



Ein Jahr mit vielen Premieren

In nur zwölf Monaten wird aus einem schutzbedürftigen Säugling ein aktives kleines Kind. Genießen Sie diese wunderbare Zeit, staunen Sie, freuen Sie sich mit und unterstützen Sie Ihr Baby liebevoll in einer Entwicklung.

- **1. Monat:** Sinneserfahrungen in der Welt draußen (> Seite 94)
- **2. Monat:** Das erste Lächeln wird verschenkt (> Seite 104)
- **3. Monat:** Die Zeit der Fingerspiele beginnt (> Seite 112)
- **4. Monat:** Das Baby wird langsam mobiler (> Seite 118)
- **5. Monat:** Köpfchen in die Höh in Bauchlage (> Seite 124)
- **6. Monat:** Gezieltes Greifen und das erste »ma-ma« (> Seite 130)
- **7. Monat:** Drehen auf den Bauch – jetzt gelingt's! (> Seite 136)
- **8. Monat:** Die ersten Zähne kommen (> Seite 142)
- **9. Monat:** Sitzen eröffnet neue Perspektiven (> Seite 148)
- **10. Monat:** Auf alle Viere und loskrabbeln... (> Seite 154)
- **11. Monat:** Erste Worte und erste Gehversuche (> Seite 160)
- **12. Monat:** Schritt für Schritt auf Entdeckungstour (> Seite 166)

Ein Wort zuvor	3
----------------------	---

WIR WERDEN EINE FAMILIE! 11

Aus zwei werden drei 12

Flitterwochen mit dem Baby 13

Die Beziehung zwischen Mann und Frau ... 13

Der kleine Schlafräuber 14

Auskommen mit dem Einkommen 15

Das Liebesleben 15

Gute Zeiten, schlechte Zeiten 16

Reden ist Gold 16

Die Wartezeit aufs Baby nutzen 18

Das gehört in Babys Schrank 19

Hauptsache bequem 19

»Secondhand« als erste Wahl 20

Die Babyausstattung 21

Das sollten Sie vor der Geburt

fürs Baby besorgen 21

Was sonst noch sinnvoll ist 22

Das Tragetuch 23

Schnuller 24

Problematik Dauernuckeln 24

Kleine Schnullerkunde 24

Argumente pro Schnuller 27

Argumente contra Schnuller 27

Der richtige Schlafplatz 28

Das sollten Sie außerdem berücksichtigen .. 29

Vorsorgen für die Zeit nach der Geburt ... 30

Formale Angelegenheiten 30

Fragen & Antworten 32

Eine Familie ist geboren 34

Die Geburt und die erste Zeit danach 35

Babys Höchstleistungen 35

Geburt durch Kaiserschnitt 35



Geburt mit Zange oder Saugglocke 36

Der Apgar-Test 38

pH-Wert-Messung 38

Augenprophylaxe 38

Die erste Vorsorgeuntersuchung 39

Das erste Bad 39

Das Leben mit Baby meistern 40

Babys Gesundheit fördern 40

Pucken 43

Windeln 44

Wickeln – so geht's 46

Pflege zarter Babyhaut 48

Die ersten Tage im Babyleben 52

Zuerst hellwach 52

... und dann sooo müde! 52

Der Wärmehaushalt 52

Das Schlafbedürfnis 54

Das Kindspech 54

Roter Urin 55

Geschwollene Brustdrüsen 55

Schmieraugen 55

Verstopfte Nase 56

Die Neugeborenenengelbsucht 56

Hodenhochstand 57

Schädelverformung 57

Hautprobleme bei Babys 58

Fragen & Antworten 62



Das Wochenbett 64

Das Frühwochenbett:

»Andenken« an die Geburt 65

Der Bauch 65

Der Damm 66

Die Kaiserschnittnaht 68

Die Nachwehen 71

Gebärmutterrückbildung 72

Der Wochenfluss 73

Der »Baby-Blues« 75

Andere Auswirkungen der Hormonumstellung 76

Darm und Verdauung 77

Hämorrhoiden 79

Das Handgelenk 79

Wochenbettgymnastik 80

Alles zu seiner Zeit 80

Multitalent Beckenboden 81

Erweiterte Wochenbettgymnastik 83

Rückbildung 84

Kleines Programm für zu Hause 84

Verhütung nach der Geburt 87

Welche Methoden gibt es? 87

Verhütungsmethoden im Vergleich 88

Fragen & Antworten 90

VOM SÄUGLING ZUM KLEINKIND 93

Der erste Monat 94

So entwickelt sich Ihr Baby 94

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 100

Fragen & Antworten 102

Der zweite Monat 104

So entwickelt sich Ihr Baby 104

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 108

Fragen & Antworten 110

Der dritte Monat 112

So entwickelt sich Ihr Baby 112

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 114

Fragen & Antworten 116

Der vierte Monat 118

So entwickelt sich Ihr Baby 118

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 120

Fragen & Antworten 122

Der fünfte Monat 124

So entwickelt sich Ihr Baby 124

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 126

Fragen & Antworten 128

Der sechste Monat 130

So entwickelt sich Ihr Baby 130

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 132

Fragen & Antworten 134

Der siebte Monat 136

So entwickelt sich Ihr Baby 136

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 138

Fragen & Antworten 140

Der achte Monat 142

So entwickelt sich Ihr Baby 142

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 144

Fragen & Antworten 146

Der neunte Monat 148

So entwickelt sich Ihr Baby 148

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 150

Fragen & Antworten 152

Der zehnte Monat 154

So entwickelt sich Ihr Baby 154

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch 156

Fragen & Antworten 158

Der elfte Monat 160

So entwickelt sich Ihr Baby 160

So fördern Sie Ihr Baby spielerisch.....	162
Fragen & Antworten	164
Der zwölfte Monat	166
So entwickelt sich Ihr Baby	166
So fördern Sie Ihr Baby spielerisch.....	168
Fragen & Antworten	170

BABYS ERNÄHRUNG

IM ERSTEN JAHR

Lebenselixier Muttermilch	174
Stillen – von Anfang an das Optimum....	175
Stillen kann (fast) jede	175
Milchproduktion und Stillen.....	176
Brustpflege.....	177
Muttermilch – optimal angepasst	178
Die wichtigsten Still-Tipps.....	180
Die Stillpositionen.....	180
Fragen & Antworten	184
Probleme beim Stillen.....	186
Richtig essen in der Stillzeit.....	190
Energiespender für Stillende	190
Getränke.....	191
Fragen und Antworten	192

Fertigmilch als Alternative

Die richtige Säuglingsnahrung für das Baby	195
Dem Alter entsprechend.....	195
Die Basis: Kuhmilch	195
Kontrollierte Qualität	195
Was sonst noch drin steckt.....	196
Fertigmilchnahrungen im Überblick	196
Spezielle Fertigmilchnahrungen	198
Milch von anderen Säugetieren	200
Alternative Milcharten	200



Alles rund ums Fläschchen	201
Die Flasche.....	201
Der Sauger	202
Die Zubereitung	203
Die Trinkmenge.....	204
Verlassen Sie sich auf Ihr Gefühl!.....	205
Reinigung von Fläschchen und Saugern...	205
Fragen & Antworten	206

Babys erster Brei

Schritt für Schritt zur Beikost	209
Neue Nahrung für einen neuen Lebensabschnitt	209
Wie funktioniert der Wechsel auf Beikost?	209
Schritt 1: Die erste Tagesmahlzeit ersetzen	210
Schritt 2: Die zweite Tagesmahlzeit ersetzen	217
Schritt 3: Die dritte Tagesmahlzeit ersetzen	219
Wie viel soll mein Kind essen?.....	220
Getränke fürs Baby	220
Babys Ernährung ab dem zehnten Lebensmonat.....	221
Fragen & Antworten	222



SCHLAF, KINDCHEN, SCHLAF 225

Sanft ins Land der Träume. 226

Schlaf – ein echtes Lebenselixier 227

Ausreichend Schlaf ist für Babys
besonders wichtig 227

Schlaf ist nicht gleich Schlaf. 227

Die Schlafphasen 228

Babys schlafen anders 228

Was brauchen Babys,
um gut schlafen zu können? 230

Das Einschlafen 231

Das Durchschlafen 236

Schlafstörungen bei Babys 238

Tod im Schlaf –
der plötzliche Kindstod 240

Vorbeugen – aber wie? 240

Fragen & Antworten 242

SOS – MEIN BABY IST KRANK 245

Größere und kleinere Wehwehchen 246

Windeldermatitis. 247

Wunder Po (Irritative Dermatitis). 247

Windelsoor 248

Fieber 249

Fiebertermometer 252

Der Fieberkrampf 253

Dreitagefieber 254

Fieber ohne erkennbaren
Grund. 254

Wenn der Bauch
Probleme macht. 255

Verstopfung 255

Durchfall 256

Erbrechen. 257

Spucken im Schwall (Reflux) 258

Blähungen 260

Was Babys sonst noch plagt. 263

Husten/Bronchitis 263

Schnupfen 267

Giemen. 270

Weinen/Schreien 271

Zahnen 273

Impfungen 275

Was geschieht durch
die Impfung? 275

Wie läuft eine Impfung ab? 276

Die Standardimpfungen 277

Sicherheit durch Impfstoffe 278

Kritische Überlegungen
zum Impfen 278

Der Impfkalendar 279

Die Hausapotheke. 280

ZUM NACHSCHLAGEN. 281

Recht & Gesetz. 281

Adressen, die weiterhelfen 282

Bücher, die weiterhelfen 282

Register. 283

Impressum. 288



WIR WERDEN EINE FAMILIE!

Es ist so weit: Sie erwarten ein Baby und werden bald eine kleine Familie sein! Ihnen und Ihrem Partner steht nun eine aufregende Zeit bevor – im wahrsten Sinne des Wortes. Denn kaum etwas wird Ihr Leben jemals wieder so umkrempeln wie die Geburt des ersten Kindes. Doch was bedeutet das eigentlich, eine Familie zu sein?

	Aus zwei werden drei ...	12
	Die Wartezeit aufs Baby nutzen	18
	Eine Familie ist geboren	34
	Das Wochenbett	64



Die Wartezeit aufs Baby nutzen

Solange das Baby im Bauch wohnt, braucht es keine festen Mahlzeiten, keine Windeln, kein Bett und keinen Kinderwagen. Sobald es aber das Licht der Welt erblickt hat, sollte idealerweise alles parat stehen. Dann haben Sie die Möglichkeit, sich nach der Entbindung uneingeschränkt um Ihr Neugeborenes und um sich selbst zu kümmern.

Das gehört in Babys Schrank

Die Konfektionsgröße von Babys und Kleinkindern lässt sich ganz leicht ermitteln, da sie sich an der ungefähren Körperlänge des Kindes orientiert. Dabei liegen zwischen den einzelnen Konfektionsgrößen immer etwa sechs Zentimeter. Das bedeutet: Wenn Ihr Baby mit 52 Zentimetern Länge das Licht der Welt erblickt, wäre die nächstpassende Größe 56. Kommt es mit 48 Zentimetern auf die Welt, würde es vermutlich in Strampler der Größe 50 passen, während Frühgeborene sich in Größe 44 wohlfühlen, sehr kräftige Kinder jedoch vermutlich bereits Kleidergröße 62 brauchen. Da Sie jetzt noch nicht wissen, wie groß Ihr Baby sein wird, wenn es auf die Welt kommt, können Sie sich kurz vor dem Geburtstermin die ungefähre Größe Ihres Babys von Ihrem Frauenarzt sagen lassen. Er kann die Größe per Ultraschallgerät errechnen. Wenn Sie dann absehen können, in welche Richtung (klein, normal, groß) Ihr Baby tendiert, können Sie gezielter einkaufen gehen. Auch wenn es noch so verlockend und schön ist, in Babygeschäften herumzustöbern – kaufen Sie lieber nicht zu viel Kleidung in kleinen Größen ein! Zum einen können Sie normalerweise davon ausgehen, das eine oder andere Kleidungsstück zur Geburt geschenkt zu bekommen. Zum anderen wächst Ihr Baby sehr schnell aus diesen kleinen Größen heraus. So manche Mutter bedauert es sehr, wenn sie die schönen Kleidungsstücke ihrem Baby nur dreimal anziehen konnte, weil sie danach schon zu klein geworden waren.

STARTKLEIDUNG

Grundsätzlich reichen folgende Kleidungsstücke (Größe 56–62) für die ersten acht bis zehn Wochen aus:

- 3 bis 5 Bodys, die sich idealerweise vorne/seitlich öffnen lassen
- 4 bis 6 Strampler
- 6 bis 7 dünne Pullover bzw. T-Shirts (je nach Jahreszeit), unter den Strampler
- 1 Jacke für draußen (je nach Jahreszeit dicker oder dünner)
- 1 bis 2 Erstlingsmützen, die auch die Ohren bedecken (Gr. 34 oder kleiner)
- 1 Paar dickere Wollsockchen oder Wollschuhe
- 7 bis 8 Spuckwindeln
- Für Winterbabys zusätzlich noch 1 bis 2 Strumpfhosen, 1 Schneeanzug, Handschuhe

Hauptsache bequem

Achten Sie beim Kauf von Babykleidung darauf, dass sie für Ihr Baby bequem ist und möglichst problemlos an- und ausgezogen werden kann. Wenn Sie Bodys kaufen, ist es sinnvoll, solche zu wählen, die an der Seite zugebunden werden. Dann müssen Sie sie nicht über das Köpfchen ziehen. Achten Sie außerdem darauf, dass Pullis und T-Shirts seitlich am Kragen oder hinten aufgeknapft werden können. So kann der Kopf leichter durchschlüpfen. Leider gibt es auch wunderschöne Markenkleidung, die absolut unpraktisch ist. Übrigens sind Druckknöpfe wesentlich handlicher als normale Knöpfe.

Wickeln in Seitenlage – so geht's

Beim klassischen Wickeln bewegt man die Beine des Kindes steil nach oben, um die Windel zu entfernen und den Po zu säubern. Diese Bewegung würde das Kind so lange nicht selbst durchführen, bis es in der Lage wäre, eine Kerze zu machen! Deshalb ist das Wickeln in Seitenlage die natürlichere Alternative und wird auch mittlerweile von Experten empfohlen. Das Wickeln über die Seitenlage ist der Anfang vom Drehen: Gestalten Sie deshalb das Wickeln als Beginn der später vom Kind selbst durchgeführten Drehbewegung von der Rückenlage in die Bauchlage:

- **Schritt 1:** Legen Sie Ihr Kind in Rückenlage vor sich und ziehen Sie es aus, bis Sie bequem an die Windel kommen. Öffnen Sie die Windel und reinigen Sie das Genital und die Beinfalten mit einem feuchten Tuch. Das kann ein Waschlappen mit lauwarmen Wasser sein oder ein mit Öl oder Lotion getränktes Papiertuch. Wichtig bei Mädchen: Wischen Sie Stuhl- und Creme-reste immer von vorn nach hinten- also von der Scheide zum After – und nie anders herum. Sonst könnten Keime aus dem Stuhl in die Scheide gelangen und eine Infektion auslösen. Achten Sie auch darauf, sämtliche Stuhlreste vorsichtig aus

1 Reinigen Sie den Po gründlich.



2 Legen Sie die frische Windel seitlich an.



den äußeren Genitalorganen herauszuwischen. Bei Jungen gilt: Heben Sie den Hodensack vorsichtig an und reinigen Sie auch den Bereich darunter gründlich. Beginnen Sie nun, Ihr Kind in die Seitenlage zu unterstützen. Warten Sie, bis Ihr Kind auf Ihr Bewegungsangebot reagiert und dem folgt.

- **Schritt 2:** Entfernen Sie die Windel, indem Sie sie seitlich einklappen und Ihr Kind über den Teil der Windel drehen. Das Kind liegt nun nicht mehr auf der Windel, und die Windel kann entsorgt werden. Reinigen Sie nun den Rest am Po gründlich **1**.

3 Prüfen Sie, ob die Windel gut sitzt.



TIPP: WINDELZUSCHUSS

Am folgenden Beispiel wird deutlich, dass auch die Kommunen Interesse daran haben, die Windelberge zu reduzieren: Im Landkreis Starnberg werden jährlich etwa 1200 Kinder geboren, was zur Folge hat, dass pro Jahr knapp 10 Prozent (umgerechnet 1600 Tonnen) des Hausmülls aus Wegwerfwindeln bestehen. Das bedeutet pro Baby über 600 Kilogramm (rund 4000 Windeln), bis es sauber ist. Das Amt für Abfallwirtschaft im Landkreis wurde aktiv: Seit 1997 bekommen Eltern, die Stoffwindeln anschaffen oder einen Windeldienst in Anspruch nehmen, einen Zuschuss von etwa 20 Prozent auf alle anfallenden Kosten. Wenn auch Sie sich für die Anschaffung von Stoffwindeln interessieren, sollten Sie sich bei Ihrem Rathaus nach einem Zuschuss erkundigen.

- **Schritt 3:** Nun nehmen Sie die neue Windel und legen die aufgeklappte Rückseite dorthin, wo die Windel vorher saß **2**.
- **Schritt 4:** Indem Sie Ihr Kind dabei unterstützen, sich zurückzudrehen, landet es in der Windel, die nun noch verschlossen wird **3** – nicht zu fest, nicht zu locker. Sie soll anliegen, aber nicht einengen. Das prüfen Sie nach, indem Sie mit zwei Fingern am Bein und Bauchabschluss entlangfahren. Achten Sie darauf, dass die Windelränder an den Beinen nicht nach innen umgeklappt sind, sonst kann die Windel auslaufen.



Der fünfte Monat

Um den fünften Monat herum schaffen es viele Babys, für einige Minuten auf dem Bauch zu liegen und dabei ihr Köpfchen oben zu halten. Je nachdem, wie wendig der kleine Trockenschwimmer ist, kann es passieren, dass er sich demnächst aus der Bauchlage auf den Rücken dreht.

So entwickelt sich Ihr Baby

Bereits zu diesem Zeitpunkt schaffen die ganz cleveren Babys auch schon mal den umgekehrten Weg und drehen sich aus der Rückenlage auf den Bauch. Dies ist ein beachtlicher Fortschritt. Erfahrungsgemäß ist diese Mobilität aber nicht die Regel, und Sie sollten nicht enttäuscht sein, wenn Ihr Kind auch in den kommenden Wochen noch kein Interesse zeigt, sich vom Rücken auf den Bauch zu drehen und umgekehrt. Jedes Kind nimmt sich dafür die Zeit, die es braucht. Und das hat überhaupt nichts mit »Normal-Sein« oder »Nicht-Normal-Sein« zu tun, sondern einzig und allein mit der Individualität Ihres Kindes.

Mit allen Sinnen dabei

Die Sinne Ihres Kindes entwickeln sich täglich weiter. Vermutlich erfasst Ihr Kind inzwischen an Ihrer »Tonlage« ganz schnell die aktuelle Stimmungslage. Auch seine Augen sind stets auf der Hut: Alles, was in Greifnähe kommt, wird untersucht. Und ab jetzt heißt es fürs Baby: Dabei sein ist alles – am liebsten auch bei Tisch!

Den Kopf ganz oben

Sehr vielen Kindern gelingt in diesen Wochen schon eine sehr gute Kopfhaltung. Wenn Sie Ihr Baby mit Unterstützung hinstellen, kann es inzwischen über mehrere Minuten seinen Kopf oben halten. Wenn Sie es auf Ihrem Schoß sitzen haben und seinen Körper vorsichtig seitlich hin und her bewegen, kann es in der Regel bereits tadellos den Kopf ausbalancieren.

Reich mir die Hand ...

Wenn Sie Ihrem Baby die Hände reichen, wird es sich sicher daran festklammern. Mitunter kann es schon so fest zupacken, dass Sie es aus der Liegeposition zum Sitzen hochziehen können. Dabei sollten Sie behutsam sein und das Kind an der Hand in die Sitzposition ziehen.

Zum Greifen benutzen manche Kinder jetzt schon bevorzugt eine Hand. Wenn Ihr Baby häufig die linke Hand einsetzt, heißt das jedoch nicht, dass es Linkshänder werden wird. Denn noch können Kinder jederzeit ihre potenzielle Führungshand wechseln. Wenn sich abzeichnen sollte, dass Ihr Kind bevorzugt die linke Hand einsetzt, sollten Sie auf keinen Fall versuchen, Ihr Kind in Sachen Händigkeit »umzuerziehen«. Erfahrungsgemäß ist dies nicht förderlich, denn erzwungene Veränderungen können später zu Entwicklungsproblemen führen.

Stand up!

Vielleicht zeigen in den jetzigen Wochen die Beinchen Ihres Kindes ein erstes Stehvermögen. Wenn Sie Ihr Baby unter den Achseln so festhalten, dass die Füße den Boden berühren, stellt es sich für einige Sekunden auf die Füße, stemmt die Zehen gegen den Boden und streckt seine Beine durch.

Feine Antennen

Auch die Fähigkeit Ihres Kindes, Dinge wahrzunehmen, entwickelt sich immer mehr. Mittlerweile kann es an Ihrer Mimik und Ihrem Tonfall Ihre Stimmung erfassen. Es spürt also, ob Sie gestresst oder fröhlich, gereizt oder gut gelaunt sind. Auch wenn es

SITZEN – ABER RICHTIG!

Ihr Kind kann nur dann selbstständig sitzen lernen, wenn seine Rumpfmuskulatur ausreichend trainiert ist und das Nervensystem in der Lage ist, Schwerkraft, Muskeltätigkeit und Gleichgewicht aufeinander abzustimmen. Das gelingt aber nur dann, wenn Ihr Baby fleißig übt, sich vom Rücken auf den Bauch zu drehen und umgekehrt. Falsch wäre es hingegen, das Baby gut gepolstert in eine Sofaecke zu setzen.

den Inhalt Ihrer Gespräche noch nicht versteht, hat es inzwischen doch ein gutes Gespür für die leisen Zwischentöne.

Die Vorsorgeuntersuchung U5

Zwischen dem vollendeten fünften und siebten Monat überprüft der Kinderarzt, ob Bewegungsfähigkeit und Geschicklichkeit Ihres Kindes dem Alter entsprechen: Kann sich das Baby selbst auf den Bauch drehen? Kann es im Unterarmstütz stabil in Bauchlage liegen? Greift es gezielt nach Spielzeug? Ist es in der Lage, mit beiden Händen etwas festzuhalten und Gegenstände von einer Hand in die andere zu übergeben? Kann es seinen Fuß in die Hand nehmen und zum Mund führen? Wie reagiert es auf Fremde? Daneben werden Gehör und Gehirnfunktionen untersucht. Außerdem bespricht der Arzt mit Ihnen die weitere Ernährung des Kindes. Laut offizieller Impfempfehlung steht spätestens jetzt die letzte Kombinationsimpfung an.



Birgit Gebauer-Sesterhenn

(Jahrgang 1969) ist diplomierte Ernährungswissenschaftlerin und ausgebildete Journalistin. Sie ist verheiratet und lebt mit ihrer Familie am Ammersee. Gemeinsam mit ihrem Mann Tors-ten hat sie dreimal „Babys erstes Jahr“ mitge-macht, mit den üblichen Höhen und Tiefen, die irgendwie irgendwann jede Familie erlebt.

Durch ihre Kinder Paulina, Samuel und Sophie und all deren Freun-de erfährt sie immer wieder, wie sehr Kinder das Leben umkrempeln können. Doch allen Andersdenkenden zum Trotz ist sie überzeugt: Kind +1 bedeutet nicht Stress + 1, denn mit jedem Kind wird es leichter. Weil Eltern täglich ihren Erfahrungsschatz vergrößern, Routine bekommen und lernen, auch mal Fünfe gerade sein zu lassen...



Dr. med. Manfred Praun

(Jahrgang 1964) studierte Medizin in Budapest, Erlangen, München und Manchester und ar-beitete anschließend neun Jahre am Dr. von Haunerschen Kinderspital in München. Seit Frühjahr 2003 leitet er als niedergelassener Kinderarzt eine eigene Praxis in Gilching, Kreis Starnberg (www.kinderarzt-gilching.de). Neben

seinem Wissen in der Schulmedizin ist er stets engagiert, Homöopa-thie und andere alternative Heilweisen mit in seine Behandlung einzu-beziehen. Als Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin weiß er, was kleine (und große) Menschen brauchen. Dr. Manfred Praun ist verheira-tet und hat einen Sohn.

Der Starthelfer für die Babyzeit

Dieses Standardwerk liefert kompetente Antworten auf die vielen Fragen, die Sie sich als Eltern im ersten Jahr stellen, und hilft, die Bedürfnisse Ihres Babys zu erkennen und zu erfüllen.

- **Mit allen Sinnen:** Staunen Sie, was Ihr Baby Monat für Monat Neues kann – vom ersten Lächeln zum ersten Schritt. Anregende Spiele stärken die Beziehung, fördern die Entwicklung.
- **Wertvoll:** Aktuelle Informationen rund um die Basisthemen Essen, Schlafen und Babypflege. Und wie Sie mit Schulmedizin und Homöopathie helfen, wenn Ihr Kleines mal krank ist.
- **Nah an der Praxis:** Authentische Erlebnisberichte machen Mut und greifen wichtige Aspekte wie Vereinbarkeit von Familie und Beruf auf.

Mit einem Vorwort vom Deutschen Hebammen Verband e.V.

Aktualisierte Neuauflage



WG 467 Schwangerschaft, Geburt, Säuglinge
ISBN 978-3-8338-3972-6



PEFC
FSC® C22 0928
€ 24,99 [D]
€ 25,70 [A]

www.gu.de

G|U