

Inhalt

Einführung	9
Die Nachricht	12
 1.-4. Woche	 17
Frauenarzt und Ultraschall	18
Umstellungen	20
Wie wird es laufen?	26
Das Umfeld des werdenden Vaters:	
Seine Mutter und der Chef	28
Entwicklung der Schwangeren	30
Die Zukunft ist offen	31
Auf dem Grillplatz	32
 5.-10. Woche	 35
Namenswahl I	36
Körperpflege, Kleidung, Gewicht	38
Rückenschmerzen	40
Der Haushalt	42
Entwicklung der Schwangeren	43
Gelüste	45
Junge oder Mädchen?	47
Die Töchter und der DFB	53
 11.-20. Woche	 55
Entwicklung der Schwangeren	56
Namenswahl II	58
Kondition bolzen	61
Ob man die Mutter austauschen soll, wenn der Schwangerschaftsverlauf nicht den Erwartungen entspricht	63

Die Wahrheit ist auf dem Wickelplatz	65
Im Werkzeugkeller	68
21.–30. Woche	71
Die schönste Zeit	72
Miteinander sprechen	75
Kopfballungeheuer	78
Entwicklung der Schwangeren	80
Wo soll das Kleine schlafen?	83
Anschaffungen: Was Sie wirklich brauchen	86
Energiebahnen	89
Der Flüssigkeitshaushalt	91
31.–40. Woche	93
Hechelkurs	94
Hebammen	96
Klinik, ambulant oder Hausgeburt?	98
Die Wahl der Geburtsklinik	102
Rooming-In	104
Der Klinikoffen	106
Vorsorge für die Zeit nach der Geburt	107
Partnerbeziehung im Endstadium	110
Vätermonate	112
Geburtsstermin am Spieltag	115
Die Geburt	119
Die Geburt ist vorbei, wenn die Hebamme abpfeift	120
Die Fahrt nach Hause	125
Der Neuzugang	126