

Vorwort	8
Die Entwicklungsstufen des Babys	9
Die Entwicklung der Bindung	11
Die seelische und körperliche Entwicklung	15
Die motorische Entwicklung	17
Greifen und begreifen	18
Das Baby wird mobil	22
Das Denken setzt ein	26
Die sprachliche Entwicklung	28
Die Entwicklung des Sehens	37
Die Entwicklung des Hörens	38
Entwicklungsverzögerungen? Gelassen bleiben!	39
Die 10 besten Tipps für eine gute Entwicklung	40
Babys erste Tage zu Hause	43
Organisation von Kind und Haushalt	45
Sicherheit im Haushalt	46
Das Babybett	49
Das Babyphone	51
Der Wickeltisch	52
Wärmelampe und Heizstrahler	52
Die Badewanne	53
Geräusche und Lärm	55
Die richtige Babykleidung	56
Die Mütze	58
Die passende Kleidung für jedes Wetter	59
Die Schuhe	61

○ Die Ernährung des Babys	63
Brust oder Flasche?	63
Wichtiges rund ums Stillen	64
Zufüttern und Folgenahrung	80
○ Schlaf, Kindchen, schlaf	92
Schlafenszeiten: Was ist „normal“?	92
Eine schöne Schlafatmosphäre	93
So klappt es: Einschlafrituale	94
Tipps für eine ruhige Nacht	95
Schlafen im elterlichen Bett	96
Frischluft im Kinderzimmer	97
Gut zugedeckt	97
Wichtig: das Nachtlicht	98
Schreien lassen?	99
Tiere im Bett	99
○ Die Pflege des Babys	100
Die tägliche Körperpflege	100
Waschen	101
Baden	102
Windeln	104
Wickeln	105
Nabelpflege	110
Nagelpflege	111
Ohrenpflege	112
Zähneputzen	113
○ Babymassage	116
Verwöhnprogramm für die Kleinsten	116
Babymassage – so geht's	117

Babys Sinne

120

Fühlen und Spüren	120
Hören	121
Riechen	121
Schmecken	121
Sehen	122
Förderung von Babys Sinnen	122

Spiel, Spaß & Abwechslung für die Kleinen

123

Die Babywippe	124
Das Mobile	125
Der Laufstall	125
Welches Spielzeug und ab wann?	126
Spiele für die Kleinsten	129
Babygruppen	132

Mit dem Baby unterwegs

139

Tragetücher	139
Kinderwagen	142
Die Wickeltasche	143
Im Auto	144
Mit dem Fahrrad unterwegs	147
In öffentlichen Verkehrsmitteln	148
Spazieren gehen	149
Schwimmbadbesuch	151
Restaurantbesuch	153

Die Gesundheit des Babys

154

Soforthilfe	154
Notfall-/Hausapotheke	156

Homöopathie	158
Der richtige Kinderarzt	160
Das gelbe U-Heft	161
Die Verdauung	167
Das Impfen	175
Hautprobleme bei Babys	176
Das Zahnen	178
Schnuller oder Daumen?	179
Frische Luft und Luftbefeuchter	180
Plötzlicher Kindstod	181
Rauchen in der Wohnung	183

Größere und kleinere Krisensituationen 184

Der Babyblues	184
Die Wochenbettdepression	185
Erschreckende Gedanken	187
Schreibabys	189
Mama ist krank – was nun?	194
Gute Ablenkungsmanöver	195
Traumatische Erlebnisse überwinden	196
Hilfe, der Schnuller ist weg!	197
Das Kuscheltier ist nicht da	198
Das Baby mag nicht essen	199

Die Kinderbetreuung 202

Familie und Beruf	202
Kindergarten, Kita, Krippe	203
Tagesmutter & Co.	204
Oma und Opa	205
Babysitter	206
Das Au-pair	207

Alle wissen es besser

208

„Ich würde es anders machen!“ 208

„Das Kind ist zu dick/zu dünn!“ 209

Grenzen setzen bei den Großeltern 210

Auszeiten für die Eltern

212

Von der Partnerschaft zur Elternschaft 212

Verbringen Sie Paar-Zeit! 213

Mutter-/Vater-Kind-Kur 214

Wichtige Adressen

215

Empfehlenswerte Links für Eltern 219

Register

221