



**Mary Steen, Mary Stehen**

## **ElternWissen. Schwangerschaft & Geburt**

### **Die richtige Vorbereitung für Mutter und Kind**

Entwickelt in Zusammenarbeit mit der Zeitschrift Eltern.

Gut vorbereitet sein

In diesem kompakten Handbuch für werdende Mütter beschreibt die erfahrene Hebamme Dr. Mary Steen jede Phase der Schwangerschaft und gibt praktische Ratschläge von der Empfängnis über die Entbindung bis zur ersten Zeit mit dem Baby. Ob Ernährung und Fitness in der Schwangerschaft oder Vorsorgeuntersuchungen und Behandlung von typischen Beschwerden – hier wird auf alle wichtigen Themen ausführlich eingegangen. Über 400 Fotos und Illustrationen zeigen Schritt für Schritt, wie sich Ihr Körper verändert und sich Ihr Baby entwickelt. Zusätzliche Checklisten für die Geburt und die Zeit danach liefern alles, was Sie für eine perfekte Vorbereitung wissen müssen! Darüber hinaus helfen praktische Tipps schnell das richtige Stillen, Baden und Wickeln zu erlernen.



**Mary Steen, Mary Stehen**

## **ElternWissen. Schwangerschaft & Geburt**

### **Die richtige Vorbereitung für Mutter und Kind**

ISBN 978-3-8310-1786-7

192 Seiten, 185 x 236 mm

über 400 Farbfotos

€ 14,95 (D) / € 15,40 (A)