

Inhalt

Einleitung	7
1 Schwanger sein – krank sein?	11
Wozu Vorsorgeuntersuchungen? 11	
Bisherige Erfahrungen mit der Vorsorge 15	
Die künftige Schwangerenvorsorge 18	
Die ältere Erstgebärende 21	
Ultraschall 23	
Fruchtwasseruntersuchung 25	
Shirodkar (Cerklage) 26	
2 Geburt – eine klinische Krise?	27
Einläufe und Zäpfchen 27	
Rasieren der Schamhaare 29	
Das Verbot der Nahrungsaufnahme 30	
Sprengen der Fruchtblase 32	
Herztonüberwachung 34	
Geburtseinleitung 45	
Wehenverstärkung 52	
Schmerzmittel bei der Geburt 56	
Dammchnitt 64	
Leitung der Nachgeburtsphase 73	
Steißblage 74	
Kaiserschnitt 76	
Haltung zur medizinischen Technologie 81	
Die Technologie-Explosion 87	
Die Anwesenheit des Vaters 90	
3 Neue Wege der Geburt	95
Die Frau ist keine Gebärmaschine 95	
Die Umgebung 96	
Die Helfer 98	
Bewegungsfreiheit während der Wehen 101	
Gebärbetten, -stühle und -schemel 107	
Die rhythmische Austreibungsphase 114	
Leboyer 117	
Odent 124	
4 Die ersten Tage nach der Geburt	127
Die erste Nacht 127	
Die Versorgung in der Klinik 127	
Die Ernährung des Babys 129	
Die Bindung zwischen Mutter und Kind 132	
Besuchszeiten 134	
Säuglingsintensivstationen 135	
Tag und Nacht im Klinikbetrieb 136	
Wenn das Baby gestorben ist 138	
5 Für die Geburt planen	140
Mit den Helfern reden 140	
Sie behaupten lernen 141	
Patientenrechte 146	
In Ruhe entscheiden 148	
Häufige Fragen 150	
Alternative Geburtsmöglichkeiten 153	
Wie Sie Ihren Geburtsplan entwerfen 156	
Ein abschließendes Wort 161	
Anhang	163
Anmerkungen 163	
Register 165	