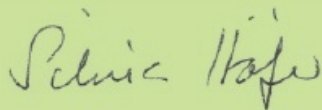
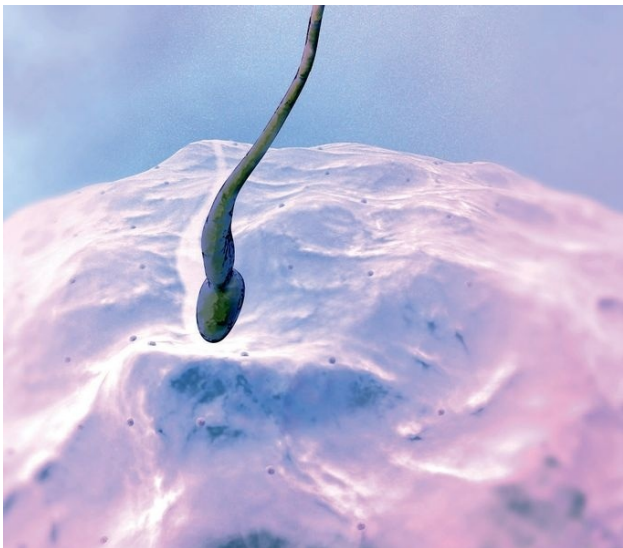


sind natürlich immer auch alle  
Geschlechter dieser Berufe  
gleichberechtigt gemeint.

Silvia Höfer

A handwritten signature in cursive script that reads "Silvia Höfer". The letters are dark and fluid, with some ink bleed-through visible from the reverse side of the paper.



DER BEGINN

# Die Schwangerschaft

Ein Baby benötigt von der Befruchtung bis zur Geburt durchschnittlich 267 Tage (38 Wochen) für seine Entwicklung. Weil der Tag der Zeugung aber nur selten genau ermittelt werden kann, ist es üblich, den Geburtstermin ausgehend vom ersten Tag der letzten Regel zu berechnen und für die Entwicklung des Kindes 280 Tage anzusetzen. Somit kommen 40 Schwangerschaftswochen zustande. Wenn diese in Kalendermonate aufgeteilt werden, ergeben sich neun Monate und eine Woche.

Hebammen und Ärzte unterteilen die Schwangerschaft aber in zehn Mondmonate, entsprechend eines

durchschnittlichen weiblichen Menstruationszyklusses. Diese 40 Wochen werden weiter in Schwangerschaftsdrittel (Trimester) von je zirka 13 Wochen unterteilt.

## Das erste Trimester

Im ersten Drittel der Schwangerschaft (1. bis Ende der 12. Schwangerschaftswoche, ab  $\geq$ ) entwickeln sich alle Organe Ihres Babys. Ab dem 22. Tag, also in der 5. Woche, beginnt sein Herz zu schlagen. In der 12. Woche ist Ihr Baby etwa 6 Zentimeter lang und 15 Gramm schwer. Das Herzchen schlägt 120- bis 160-mal pro Minute. In diesem ersten Drittel entwickelt sich nicht nur das Kind, sondern auch Ihr Körper macht vielfältige Veränderungen durch. Als Folge dieser Veränderungen treten häufig morgendliche Übelkeit ( $\geq$ ),

Müdigkeit (≥) und Spannen in der Brust (≥) auf.

## Das zweite Trimester

Das zweite Schwangerschaftsdrittel (13. bis Ende der 27. Schwangerschaftswoche, ab ≥) empfinden viele Frauen als weitgehend beschwerdefrei. Übelkeit und Erbrechen lassen allmählich nach und die Schwangerschaftshormone setzen ungeahnte Energien frei. Zu Beginn der 13. Woche sind alle Organe des Babys ausgebildet und müssen nun noch an Größe zunehmen und zu ihrer vollen Funktionsfähigkeit gelangen. Frauen, die zum ersten Mal schwanger sind, spüren ihr Baby meist ab der 20. Woche zum ersten Mal. Frauen, die schon Mütter sind, können sich auf dieses einzigartige Erlebnis schon ab der 16. Woche freuen. Für viele Frauen