

Inhalt

Geburten berühren unser tiefstes Inneres 9

Teil 1 ☉ VORBEREITEN

Das Geheimnis der Geburt



Birth Matters – Warum unsere Geburten so wichtig sind

Jede Geburt verändert 14

Eine gute Geburt 16

Geburt verstehen – Was passiert da eigentlich genau?

Ins Leben schieben: Die Spontangeburt 26

Geboren durch den Mutterbauch: Der Kaiserschnitt 54

Die Geburtshelfer: Hebammen, Ärzte, Partner und Doulas 75



Teil 2 ☉ ERLEBEN

10 Wege, ein Kind zur Welt zu bringen

Die Alleingeburt 84

Die Hausgeburt 93

Die Geburtshausgeburt 115

Die natürliche Geburt in der Klinik 122

Die Wassergeburt 141

Die tiefenentspannte Geburt 151

Die natürliche Geburt mit viel medizinischer Hilfe 159

Der ungeplante Kaiserschnitt 172

Der geplante Kaiserschnitt 180

Der Wunschkaiserschnitt 193

Inhaltsverzeichnis aus:

Nora Imlau, Das Geburtsbuch. ISBN 978-3-407-86407-9

© 2016 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-86407-9>

Besondere Geburten

Die Spontangeburt nach Kaiserschnitt	202
Die Geburt von Zwillingen	208
Die natürliche Geburt aus Beckenendlage	218
Die Frühgeburt	223
Die stille Geburt	235

Teil 3 © VERARBEITEN



Wie Mütter an ihrer Erfahrung wachsen

Gefühle nach der Geburt	254
Der Körper nach der Geburt	265
Wenn die Geburt anders lief als erhofft	271

Ein Appell zum Schluss	281
Nachwort von Dr. Herbert Renz-Polster	283
Buchtipps	286
Register	288

Inhaltsverzeichnis aus:

Nora Imlau, Das Geburtsbuch. ISBN 978-3-407-86407-9

© 2016 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-86407-9>