



Schwangerschaftsratgeber

Ein **Schwangerschaftsratgeber** ist für viele Frauen ein wichtiger Begleiter durch die gesamte Zeit der Schwangerschaft. Hier findet man unter anderem nützliche Tipps zu den Themen Ernährung und Sport in der Schwangerschaft, Gesundheit und Entwicklung des Babys sowie die Geburt und die Zeit danach.

Schwangerschaftsratgeber gibt es in vielen verschiedenen Formaten. Zum Beispiel als Buch, Broschüre oder als Informationsplattform im Internet. Die Auswahl ist groß und so kann jede Frau ganz individuell für sich entscheiden, welches Medium sie bevorzugt. Nicht zu vergessen sind auch die verschiedensten speziellen Zeitschriften oder die Ratgeberseiten in den unterschiedlichsten Zeitschriften für Frauen. Auch wenn fast jede schwangere Frau oder bereits amtierende Mutter zuhause den einen oder anderen **Schwangerschaftsratgeber** in Print im Regal stehen hat, gehört das Internet mittlerweile zur ersten Anlaufstelle wenn es um die Themen Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt und Babypflege geht. Denn hier kann man schnell und einfach auf die Informationen verschiedenster Quellen und Autoren zurückgreifen und gegeneinander abwägen.

Ratgeber für Frauen die schwanger sind

Besonders häufig werden **Schwangerschaftsratgeber** von Frauen genutzt, die zum ersten Mal schwanger sind. Dies ist nicht verwunderlich, schließlich trägt eine Schwangerschaft dazu bei, dass sich das Leben einer Frau verändern wird. Für viele Frauen ist das Ausbleiben der monatlichen Blutung ein erstes Indiz für eine mögliche Schwangerschaft, doch es gibt auch Frauen die bereits viel früher erste Anzeichen für eine Schwangerschaft wahrnehmen. Zu diesen Indikatoren gehören unter anderem zunehmende Müdigkeit, Übelkeit oder das Spannen der **Brüste**. Wann eine Frau vermutet, dass sie schwanger sein könnte, kommt ganz darauf an wie gut sie mit ihrem eigenen Körper vertraut ist.

Infos und Tipps rund um die Schwangerschaft

Auf einer guten Website, wie auf der schwangerschaft.at, findet man ausführliche Informationen über die ersten Anzeichen einer Schwangerschaft und den Ratschlag am besten einen Schwangerschaftstest durchzuführen um Klarheit zu erlangen. Die schwangerschaft.at ist nicht nur die bekannteste Website zum Thema Schwangerschaft, sondern auch der umfangreichste Schwangerschaftsratgeber im Onlinebereich in Österreich. Hier findet man zahlreiche Informationen rund um die Themen Fruchtbarkeit, Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Baby. Die Seite ist bestens zum interessierten Stöbern oder für sie zielgerichtete Recherche zu einem bestimmten Thema geeignet. Die übersichtliche Struktur der Seite ermöglicht ein intuitives navigieren. Natürlich richtet sich dieser Schwangerschaftsratgeber in bester online Manier nicht nur an interessierte Frauen, sondern auch Männer sind hier bestens aufgehoben. Denn auch Männer, und ganz speziell werdende Väter werden während der Schwangerschaft ihrer Partnerin die eine oder andere Frage zum Thema Schwangerschaft haben. Schließlich möchte man ja gerne aktiv an der Schwangerschaft teilhaben und verstehen, warum zum Beispiel es sonst recht taffe Frau nun zu vermehrten Tränenströmen oder Wutausbrüchen neigt. Jeder Mann wird feststellen, dass die Kommunikation untereinander viel besser laufen wird, wenn man Interesse an der Schwangerschaft zeigt und gemeinsam Höhen und Tiefen dieser spannenden Zeit durchschreitet.

Schwangerschaftsratgeber mit Qualität

Damit sich die User auf die Inhalte der schwangerschaft.at verlassen können, arbeiten die verschiedenen Redakteure sehr eng mit den verschiedensten Experten und dem Österreichischen Hebammengremium zusammen. Denn nur mit fundiertem Wissen kann ein guter Schwangerschaftsratgeber entstehen. Die Auswahl der Artikel auf der schwangerschaft.at ist umfangreich. Und dennoch werden immer wieder aktuelle Themen hinzugefügt, und andere auf den neusten Stand der Kenntnisse gebracht. Da es trotzdem vorkommen kann, dass eine individuelle Frage nicht ausreichend beantwortet werden kann wurde die Rubrik „Expertenrat“ eingerichtet. Hier kann der User seine Frage direkt an das Expertenteam der schwangerschaft.at absenden. Und bekommt von dort auch innerhalb kürzester Zeit seine persönliche Antwort. Abgerundet wird das Angebot dieses Schwangerschaftsratgebers durch die Vernetzung der User in der Community. Angemeldete Nutzer können hier miteinander kommunizieren und ihre Erfahrungen austauschen.

 [Schwangerschaftsratgeber.docx \[14 KB\]](#)

Autor: Redaktion / Diana

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ [Baby Entwicklung im Mutterleib](#)
- ▶ [Babyurlaub in Österreich](#)
- ▶ [Natürliche Geburt](#)

[zum Artikel Schwangerschaftsratgeber](#)