

Heft 4 - 2008

€ 1,50

C 25073

# Junge Familie

Magazin für Schwangere & Eltern

## ▣ Junge Familie

Ein Kind?  
Zwei?  
Oder drei?

## ▣ Schönheit & Gesundheit

Naturkosmetik:  
Das ABC  
der Inhaltsstoffe

## ▣ Schwangerschaft & Geburt

Pflichtsache Rückbildung!  
Warum Beckenboden-Training  
nach der Geburt so wichtig ist

## Kleine Tester:

Wie und warum Spielzeughersteller ihre Produkte von Babys prüfen lassen



**Lesenswert: Ratgeber für „Fitness-Freaks“ und „Spätgebärende“**

Sie sind schwanger und haben trotzdem Lust auf Bewegung? Dann ist „Fitness-Training für Schwangere“ (Zora Gienger, Urania, 12,95 Euro) der ideale Ratgeber: Ob Atemtraining, Stretching oder Aktivgymnastik, Übungen für das Becken oder den Beckenboden – hier erfahren werdende Mütter, welche Bewegungen ihnen gut tun. Ein toller Ratgeber speziell für „Spätgebärende“ kommt aus dem Hause G&U: „Schwanger ab 35“ (12,90 Euro) von Dr. med. Stefanie Schmid-Altringer erhellt vor allem das unübersichtliche Gebiet der pränataldiagnostischen Methoden, die älteren Schwangeren zusätzlich zur Schwangerschaftsvorsorge empfohlen werden.



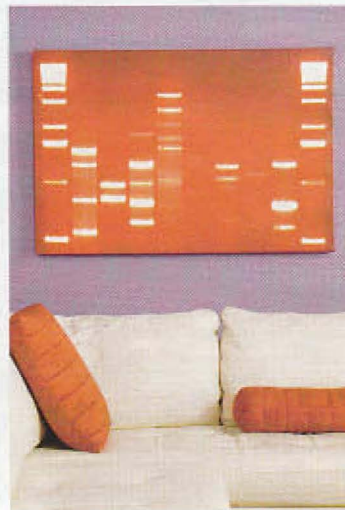
**Zufrieden: Kundinnen schwören auf StriaSan Pre**

Hervorragende Ergebnisse für StriaSan Pre: Einer Kundinnenbefragung des Nürnberger Unternehmens NAWA Heilmittel GmbH zufolge ist die Wirksamkeit des von ihm hergestellten, in Apotheken erhältlichen Medizinproduktes zur Vorbeugung von Schwangerschaftsstreifen außergewöhnlich hoch. Nahezu 94 Prozent der Frauen, die das Produkt getestet und vor ihrer Schwangerschaft keinerlei Dehnungsstreifen an Bauch und Oberschenkeln gehabt hatten, gaben an, Dank der Behandlung auch nach der Schwangerschaft keine unschönen Schwangerschaftsstreifen auf ihrer Haut entdecken zu können. StriaSan Pre beugt dem Reißen der Hautfasern offenbar also bestens vor. Weitere Infos: [www.striasan.de](http://www.striasan.de)



**Unverwechselbar: Kunstwerke aus der persönlichen DNA**

Ein absolut originelles und ganz sicher einzigartiges Geschenk, beispielsweise zur Geburt, sind die DNA Portraits der New Yorker Künstler Adrian Salamunovic und Nazim Ahmed. Die außergewöhnlichen Kunstwerke können je nach Wunsch in unterschiedlichen Farben und Größen ganz individuell ausgewählt werden. Mehr zu den einzigartigen Hinguckern finden Sie im Internet unter [www.dna11.com](http://www.dna11.com)



**Kontrolliert:**

**Elanee pH-Test hilft, Frühgeburten zu vermeiden**

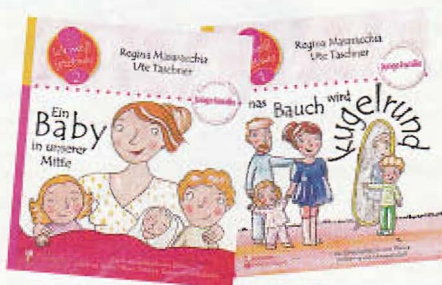


Schätzungen zufolge Sendet in Deutschland etwa jede fünfte erkannte Schwangerschaft mit einer

Fehlgeburt. Zudem kommen jedes Jahr rund 63.000 zu früh geborene Babys zur Welt. Eine der häufigsten vermeidbaren Frühgeburtsursachen (etwa 70 Prozent) ist die unbemerkte Zunahme von infektionsauslösenden Erregern in der Scheide. Da auch bei regelmäßiger und konsequenter Schwangerschaftsvorsorge durch den Arzt in der Regel nur einmal im Monat eine Scheidenuntersuchung durchgeführt wird, ist der Abstand der Vorsorgeuntersuchungen zu groß, um die Erreger rechtzeitig zu erkennen. Um schwangeren Frauen die eigenständige pränatale Vorsorge zu erleichtern, gibt es jetzt einen neuen und leicht zu handhabenden pH-Test für die häusliche Anwendung von Elanee (etwa 8 Euro). Weitere Infos: [www.elanee.de](http://www.elanee.de)

**Empfohlen:**

**Kindersachbücher der Edition Riedenburg**



Die Kindersachbuchreihe „Ich weiß jetzt viel“ richtet sich an Mädchen und Jungen im Alter von zwei bis sieben Jahren. Basierend auf den offiziellen Empfehlungen von WHO und UNICEF und versehen mit zahlreichen Bildern, erfahren die Kinder in Band 1: „Mamas Bauch wird kugelrund“ zum Beispiel, was genau in Mamis Bauch während der Schwangerschaft passiert. Wie es ist, ein Geschwisterchen zu haben, erklärt Band 2: „Ein Baby in unserer Mitte“ (beide erschienen bei Edition Riedenburg, je 14,90 Euro). Weil uns die beiden Bücher von Regina Masaracchia und Ute Taschner so gut gefallen haben, haben wir sie gerne und sozusagen hochoffiziell mit unserem Logo auf den Buchcovern empfohlen.