Stichwortverzeichnis

A
Abnabeln 118
Adrenalin 35, 36
Affirmationen 71
– für den Vater 73
Alltagstrance 28
Anker 38, 53
Anker-Inspirationen 58
Anspannung 11
Anuloma Viloma 45
Aufmerksamkeitsverschiebung 28, 48
Ausscheidungsprozess 37
Autofahrer-Trance 28
Autogenes Training 26

B
Babyschale 82
Bauchgipsen 93
Beleghebamme 109
Blitzhypnose 117
Blockadenlösung 102
Breast Crawl 119

D
Dammschnitt 109
Darmflora 113
Deep State 68
Doula 110
Duftanker 13

E
Endorphine 36, 86

F
Farbatmung 44
Farbhypnose 70
Ferienverstopfung 37
Fingermassage-Ring 85
Flussfahrt 98
Fokuspunkt 15
Fruchtblase 30

G
gebären 30
Gebärmutterhals 40
Geburt, angstfreie 14
Geburt einleiten 38
Geburtsbegleiter 109
Geburtsbereitschaft 94
Geburt, schmerzfreie 14
Geburtseinleitung 108
Geburtserfahrung, schlechte 20
Geburtshypnose 13
Geburtsort 109
Geburtsplan 108
Geburtsstatistiken 21, 116
Geburtsstillstand 111
Geburtstermin 94
Geburtsvorbereitungsgespräch 116
Geburtswunschliste 82, 108

H
Haltestellentechnik 55
Haptonomie 93
Hausgeburt 110
Hausgeburtshebamme 111
Hebamme, rufbereite 109
Hechelkurs 44
Hecheln 44
hinausgleiten 30
Hinzuziehungspflicht 110
Hormonumstellung 79
Hyperventilieren 46
Hypnobirthing 13
Hypnose 27

I
Imprägnierung, mikrobielle 113
innere Bilder 60
Intimsphäre 37
intuitives Stillen 119

K
Kaisergeburt 113
Kaiserschnitt 38, 109, 112
– Vollnarkose 112
Katalepsien 68
Kindersitz 82
Kommunikation 113
Kopf-Becken-Missverhältnis 37
Kopfmassage-Spinne 85
Kraftort 61, 62
Kraftsatz 48, 61
Kreissaalführung 116
Kreuzbein 85
Kronenatmung 48

L
Lachgas 36
Liebeshormone 84
Lotusgeburt 118

M
Mantras 71
Massageroller 86
Massagezubehör 85
Muttermund 40

N
Nabelschnurblut 118
Nachsorgehebamme 109
Neurolinguistische Programmierung 26
Noppenball 86

O
Oxytocin 34, 36, 84

P
PDA 36, 106
Pendel 26
Piko-Piko 51
Placebo 27
Plazenta 118

R
Rebozo 89
Rebozomassage 88
Relaxin 36
Routinemaßnahmen 106
Rückzug, innerer 33
Rufbereitschaft 110

S
Schmerz 32, 49
– Leitsignal 32
– Warnsignal 32
Schmerzerwartung 30
Schmerzmittel 36
Schwangerschaftstagebuch 93
Seeding 113
Selbstbestimmtheit 12
Sicherheitsempfinden, persönliches 34
Sprachmagie 29
Stillgruppe 119
Stillschwierigkeiten 119

aus: Bartig-Prang, Autogene Geburt (ISBN 9783432120959) © 2026 TRIAS Verlag

Stimmritze 46
Stimmritzenatmung 48
Strand der Buchstaben 66
Streichelmassage 86

T
Terminüberschreitung 38
Tiefenentspannung 68
Tiefentrance 68
Tragetuch 89
Trancezustand 28
transkutane Nervenstimulation 86
Türhänger 114

U
Ujjayi 48

V
Vaterrolle 76
Vatertasche 81
Visualisierung 61

W
Wassergeburt 113
Wechselatmung 45
Wehenbegleitung 111
Wehentropf 36
Welle 30
Wellenatmung 46
Wochenbett 83
Wolkengarten 69
Wunschkaiserschnitt 109

Z
zauberhafte Waldlichtung 102

Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen. So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen. Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

support.thieme.com/de-DE • thieme.com/produktsicherheit

/trias.tut.mir.gut
/trias_verlag
natuerlich.thieme.de/natuerlich-gesund
www.trias-verlag.de/newsletter

aus: Bartig-Prang, Autogene Geburt (ISBN 9783432120959) © 2026 TRIAS Verlag