



Veröffentlicht auf *Nestlé Babyservice* (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Deine 28. Schwangerschaftswoche

Teile diesen Article

X



## Deine 28. Schwangerschaftswoche

Dein Körper übt schon ein bisschen für die Geburt

<https://www.babyservice.de/28-schwangerschaftswoche> <sup>[1]</sup>

Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## Deine 28. Schwangerschaftswoche

Dein Körper übt schon ein bisschen für die Geburt

- <sup>[5]</sup> [Drucken](#) <sup>[1]</sup>

- Teilen

Können das schon Wehen sein? Es kann sein, dass dein Körper schon ein wenig "übt" und du das spürst. Keine Sorge, die allermeisten Babys lassen sich noch ganz viel Zeit.

Spürst du gelegentlich ein Ziehen im Kreuz oder wie sich dein Bauch verhärtet? Das können Senk- oder Vorwehen sein, mit denen deine Gebärmutter schon ein wenig für die Geburt übt. Nur wenn die Wehen bleiben oder heftiger werden, wende dich lieber an deine Frauenärztin bzw. deine Frauenarzt - auch wenn es nur zu deiner Beruhigung ist.

## **Achtung: Körpersignale**

Vielleicht möchte dir dein Körper mit den Vor- oder Übungswehen auch signalisieren, dass du überlastet bist! Schalte einen Gang zurück: Nichts Schweres tragen oder heben und häufiger mal eine Pause einlegen.

## **Eine Portion Extra-Pflege für deinen Bauch**

Dein Bauch wird jetzt bis zum Geburtstermin täglich ein bisschen runder. Es kann vorkommen, dass die stark gedehnte Haut zu jucken beginnt. Bitte nicht kratzen. Lindere das Jucken lieber durch intensivere Pflege mit Ölen, die der Haut die Dehnung erleichtert. So beugst du zusätzlich Schwangerschaftsstreifen vor.

## **Wenn ein Baby nicht mehr warten will**

Die besonders gute Nachricht in dieser Woche: Sollte dein Baby schon jetzt das Licht der Welt erblicken, kann es sehr wahrscheinlich schon selbstständig atmen. Denn in dieser Woche sollten die Lungen dafür weit genug ausgebildet sein.

## **Was haben Milchzähne mit Fisch zu tun?**

Jetzt werden auch die Milchzähne im Zahnfleisch angelegt. Das heißt für dich: Lieber auch mal Fisch essen. Denn für seine Zahnproduktion entzieht dein kleiner Schatz deinem Körper eine Menge Fluorid, das auch du für deine Zähne brauchst.

Besonders Seefisch liefert reichlich Fluorid und enthält zusätzlich Jod und Phosphor, das dein Kind für seinen Knochenaufbau braucht.

### **Kleiner Tipp:**

Eine Übersicht, was wie viele Nährstoffe enthält, findest du [hier](#) [6].

# Kleines Baby mit großem Durst

- Dein Baby ist rund 38 cm (Scheitel-Sohle) lang und wiegt rund 1150 g – das ist ungefähr ein Drittel des Geburtsgewichtes.
- Seine Füße sind rund 5,5 Zentimeter lang.
- Es trinkt so viel Fruchtwasser, dass es mittlerweile täglich bis zu einem halben Liter Urin ausscheidet.

Weiterlesen <sup>[7]</sup>

**Quell-URL:** <https://www.babyservice.de/28-schwangerschaftswoche>

## Links

[1] <https://www.babyservice.de/28-schwangerschaftswoche>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/28-schwangerschaftswoche&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/avenue\\_128\\_Schwangerschaftswoche](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/28-schwangerschaftswoche&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/avenue_128_Schwangerschaftswoche)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Deine%2028.%20Schwangerschaftswoche%20&url=https%3A//www.babyservice.de/28-schwangerschaftswoche>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/28-schwangerschaftswoche>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147466>

[6] <https://www.babyservice.de/naehrstoffe-schwangerschaft>

[7] <https://www.babyservice.de/javascript%3A%3B>