

## Buchtip

### "Was ist los in meinem Körper?"

Alles, was Mädchen über ihren Zyklus, ihre Tage und ihre Fruchtbarkeit wissen sollten.

- Für **Mädchen**, die am Anfang oder mitten in der Pubertät stehen.
- Für **Mütter**, die ihre Töchter vorbereiten möchten auf die Regelblutung und das Zyklusgeschehen.  
Für **LehrerInnen** und alle in der Mädchenarbeit Tätigen, die viele Anregungen erhalten, wie spannend und interessant das Zyklusgeschehen dargestellt werden kann.
- Für **ÄrztInnen**, die in der Teenager-Sprechstunde ein Buch empfehlen wollen, das anschaulich über die Körperabläufe und die Wirkung der Verhütungsmethoden informiert.
- Für **alle**, die endlich einmal richtig verstehen wollen, was eigentlich abläuft im Körper einer Frau.



#### Aus dem Inhaltsverzeichnis:

- Warum hat die Frau einen Zyklus?
- Die abenteuerliche Reise der Spermazellen im Körper der Frau
- Fruchtbar oder unfruchtbar - auf das Timing kommt es an.
- Der Blick hinter den Vorhang - die Zyklusshow
- Dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur - Körperzeichen beobachten
- Das kleine Finale - meine Tage. Die Premiere - die erste Blutung
- Am Anfang sind noch Proben nötig - wie der Zyklus sich entwickelt
- Zyklusshow in der Krise - gestörte Zyklusformen
- Wie wirken verschiedene Verhütungsmethoden auf den Zyklus der Frau?

Was im Körper der Frau während eines Zyklus abläuft, wird in einer phantasievollen Story von der "Zyklusshow" dargestellt, die auf der "Bühne des Lebens", dem weiblichen Körper, aufgeführt wird. Durch die Art der Darstellung bekommt die LeserIn einen persönlichen Bezug zu den ansonsten relativ abstrakten Organen, zu den beteiligten Hormonen, zu Ei- und Spermazellen.

In ähnlich anschaulicher Weise werden die verschiedenen Körpersymptome erklärt (Regelblutung, "Weißfluss", Zervixschleim, Brustsymptom, Mittelschmerz, PMS, Stimmungsschwankungen etc.). So erfährt die LeserIn, wie sie mit diesem Wissen sozusagen "von außen" miterleben kann, was in ihrem Körper gerade abläuft. Sie weiß jetzt, wann sie ihre Blutung zu erwarten hat, wann sie fruchtbar ist und wann nicht, was es mit den oft seltsamen Körpersymptomen wie z. B. dem Zervixschleim oder dem Brustsymptom auf sich hat und warum ihr Zyklus vielleicht "nicht so regelmäßig" ist. Sie weiß, wie die verschiedenen Verhütungsmethoden in ihrem Körper wirken.

Mit zahlreichen Fakten, Tipps, farbigen Graphiken und Abbildungen wird der Bedarf nach sachlicher Information gedeckt.

Autorin: Dr. med. Elisabeth Raith-Paula  
Pattloch-Verlag  
ISBN-Nr. 3-629-01288-4

Das Buch ist im Buchhandel erhältlich oder über die ÖGS bestellbar!  
Der Preis beträgt € 17,50 (€ 13,40 zuzüglich € 4,10 Versandkosten)