



Dr. med. Judith Bildau

Deine Mädchensprechstunde

Alles über deinen Körper, deine Gefühle und die Liebe

176 Seiten
14,5 x 21,5 cm, Softcover
ISBN 978-3-8426-1687-5
€ 18,00 [D] / € 18,50 [A]

Erscheinungstermin: 15.09.2022

- **Die Autorin ist Frauenärztin und erreicht über ihre Social-Media-Kanäle sowie das Online-Magazin MutterKutter monatlich über 50.000 Eltern**
- **Der zeitgemäße Ratgeber für Mädchen in der Pubertät – alles Wichtige zu körperlichen Veränderungen, Achterbahn-Gefühlen, der Liebe und einem guten Miteinander mit Familie und Freunden**
- **Perfekt als Geschenk geeignet – die Autorin weiß als Gynäkologin und Mutter von fünf Töchtern, was Mädchen WIRKLICH interessiert**

Alles, was Mädchen in der Pubertät wissen möchten!

In der Pubertät ist für Mädchen plötzlich alles anders: Sie sind keine Kinder mehr, aber auch noch nicht erwachsen – sie sind „in between“. So ist also das Erwachsenwerden? Alle wollen etwas von dir, es gibt viel mehr Streit und irgendwie ist alles viel komplizierter als früher? Die Frauenärztin und Influencerin Judith Bildau bringt verständlich auf den Punkt, was passiert, wenn sich der Körper verändert, die Gefühle Achterbahn fahren, die erste Liebe entsteht und die Eltern nerven. Mit Herz und Verstand gibt sie Tipps, die Mädchen wirklich helfen – egal, ob es um die Regelblutung, Schönheitsideale, Stress in der Schule oder den ersten Sex geht.

Aus dem Inhalt:

- Darum kann ich dir jetzt helfen!
- Und auf einmal ist alles anders – du bist in der Pubertät!
- Du bist nicht allein – auch wenn es sich gerade so anfühlt für dich
- Die Pubertät – was passiert da eigentlich gerade mit dir?
- Typische Situationen, die dir gerade dein Leben schwer machen – und Lösungen, die garantiert funktionieren!
- Wenn dein Leben plötzlich Kopf steht – schnelle Tipps, wie du trotzdem den Überblick behältst!
- Liebe, Sex & Zärtlichkeit

Die Autorin

Judith Bildau ist Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe, Mutter von fünf Töchtern und eine der gefragtesten Influencerinnen zum Thema Kindererziehung und Frauengesundheit. Ihre Artikel und Posts sind so beliebt, weil sie fundiert informiert und sich dabei auf Augenhöhe mit ihren Leserinnen bewegt. Neben ihrer Arbeit als Frauenärztin versorgt sie Eltern auf dem Online-Magazin MutterKutter mit Tipps, veröffentlicht medizinische Fachbeiträge oder schreibt über das anstrengende und trotzdem schöne Familienleben – ehrlich, fachkundig und von Herzen.

