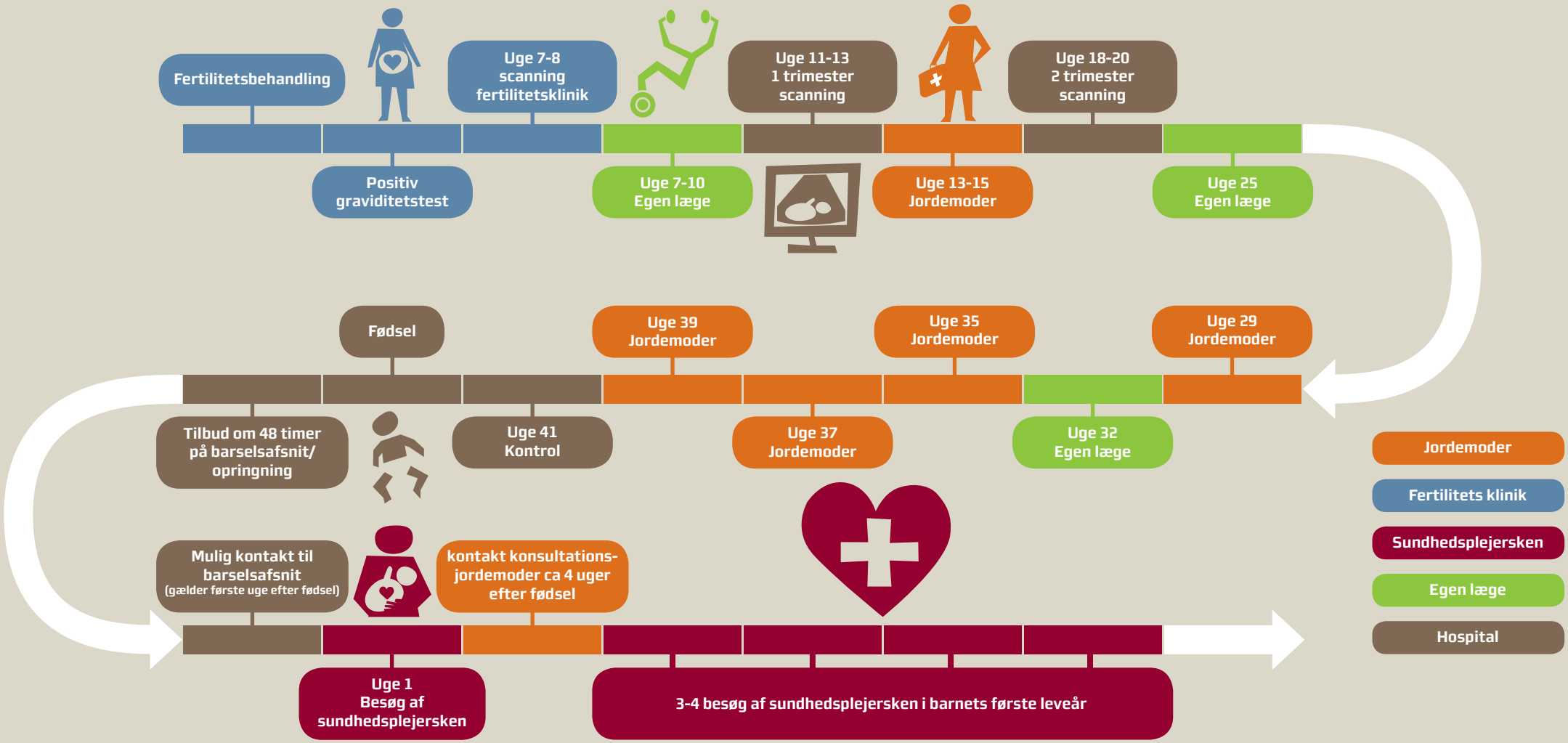Graviditetstidslinje – til førstegangs fødende