

# OBSAH

Úvod 5

*Základní dovednosti 6*

Zvedání z polohy na zádech 6

Zvedání z polohy na bříšku 8

Pokládání děťátka 10

Jak miminko chovat 12

*Jak kojence nosit 14*

Vhodné popruhy na nošení 14

Přenášení kojence v popruzích 16

Jak uklidnit plačící miminko 18

Masáž 20

*Krmení 22*

Sterilizace lahví 22

Příprava umělé výživy 24

Krmení z lahve 26

Odříhnutí 28

Kojení 30

Jak správně odstříkávat 33

Tuhá strava 34

Kojenec se učí sám jíst 36

*Plenky a přebalování 38*

Jednorázové pleny 38

Látkové pleny 40

Látkové pleny bez špendlíků 43

Přebalování do látkových plen 44

Co se znečištěnými látkovými plenami 46

*Oblékání 48*

Jak oblékat tričko 48

Jak svlékat tričko 51

Jak oblékat dupačky 52

Jak svlékat dupačky 54

Jdeme na vycházku 56

Jak oblékat svetřík 57

Jak ukládat miminko ke spánku 58

*Každodenní hygiena 60*

Mytí novorozence 60

Hygiena chlapce 62

Hygiena děvčátka 64

Omývání houbou 66

Mytí vlásků 68

Příprava na koupání 70

Koupání 72

Jak správně osušit miminko 74

*Každodenní péče 76*

Péče o pupeční pahýl 76

Péče o vlásky a nehty 78

Prořezávání zoubků 80

Péče o první zoubky 82

Jak zabavit miminko 84

Společné hry 86

*Příznaky onemocnění 88*

Podezření na nemoc 88

Péče o nemocné dítě 90

*První pomoc u kojenců 92*

Rejstřík 96