

Obsah

Pár slov úvodem	7
Maminky se představují	9

1 Připravit, pozor, teď!

Generální úklid hlavy	16
------------------------------	----

- Už je čas? • Co ty na to?

Generální úklid těla	31
-----------------------------	----

- Tělo jako důkaz • Trochu strpení, prosím...

Dvě čárky aneb hCG útočí	42
---------------------------------	----

- Zvládlí jsme to! • Co se to se mnou děje? • Chci informace!

2 „Jsem těhotná!“

Milá rodino...	56
-----------------------	----

- Tříměsíční informační embargo • Babičky a dědečkové
- Kamarádi ve střehu

Těhotenská průkazka	61
----------------------------	----

- Podle toho, jak se chováte, musíte být těhotná! • XX nebo XY?
- Těhotenský kalendář

A co kariéra?	74
----------------------	----

- Oznamení v práci • Příspěvky a jiné kapesné • Máma podnikatelka
- A co tedy s tou kariérou?

3 Mé rostoucí břicho

Jím, jíš, jíme	90
-----------------------	----

- Žaludeční bouře • Kup mi meloun • Jíst za dva?

V kůži nastávající maminky	108
-----------------------------------	-----

- Vlasy!!! • Vyhlaste jim válku • Konec lacláčů v Čechách?

Miminko o sobě dává vědět	129
----------------------------------	-----

- Kdo mi to rejdí v břiše? • Ruce vzhůru! • Malá velká osobnost

Jde se nakupovat	145
-------------------------	-----

- Co se skrývá v dětském koutku • Hlavlom jménem kočárek
- Plenkové dilema • Výbavička za babku

4 Jsem těhotná, no a?

Být sexy na sex

170

- (Ne)libé libido • Někdo se dívá... • Pouto

A co takhle pohyb?

179

- Blahodárné cvičení • Speciální kurzy pro těhotné
- Když ani cvičení nepomáhá

Kam bych se chtěla ještě podívat...

190

- Co jsem dřív nestihla, nestihnu už nikdy?

5 Na rozcestí

Porod na spadnutí

196

- Hnízdící amok • Na co se mám připravit?

Den P

204

Poděkování

213