

OBSAH

Předmluva	7	Áčko a Béčko	34
Úvod	9	Nejčastější dotazy	35
Odlišit, či neodlišit?	9		
VZNIK DVOJČAT		VÍCEČETNÁ TĚHOTENSTVÍ A JEJICH RIZIKA	
Jednovaječná dvojčata	13	Zdravotní problémy	37
Jak vzniknou jednovaječná dvojčata	13	Nepodceňujte problémy	38
Siamská dvojčata	13	Nejčastější komplikace	38
Jak vzniknou dvojvaječná dvojčata	14	Nejčastější dotazy	42
Dvojvaječná dvojčata	14		
Syndrom mizejícího dvojčete	15	POROD DVOJČAT	
Jedno dvojče trochu starší?	15	Trochu větší riziko	45
Nejčastější dotazy	17	Záleží na okolnostech	45
		Jak probíhá císařský řez	46
		Ochablá kůže na břichu	46
		Slovo na závěr	47
JEDNOVAJEČNÁ ČI DVOJVAJEČNÁ?		Nejčastější dotazy	49
Proč a jak to zjišťujeme	19		
Metoda vyšetření DNA	19	VÝBĚR KOČÁRKU	
Kam se obrátit	20	Praktické řešení vyhrává	51
Jak se vyznat ve výsledcích vyšetření	20	Kudy a kam se bude jezdit	51
		Kočárky a jejich doprava	52
		Hluboký, či sportovní?	52
		Trojkolky	53
RODIČOVSKÉ VZTAHY V RODINĚ S DVOJČATY		KOJENÍ DVOJČAT	
Dvojnásobné radosti i starosti	25	Výhody kojení	57
Upřednostňování není nenormální	26	Výhody pro děti	57
Respektujte jedince	27	Výhody pro matku	57
Nejčastější dotazy	28	Praktické výhody	58
Sourozenecká rivalita	28	Jak si vytvořit dostatek mléka	59
Slovo na závěr	28	Věřte si!	59
		Jak mít dost mléka pro dva	59
ROZDÍLY VE VÝCHOVĚ DVOJČAT JED- NOVAJEČNÝCH A DVOJVAJEČNÝCH		Co může snížit tvorbu mléka	59
Není dvojče jako dvojče	31	Odpočívejte!	60
Výchova jednovaječných dvojčat	31	Dobře jezte!	60
Výchova dvojvaječných dvojčat	33	Vyhybejte se stresu!	60

Jak kojit	61	Buďte spravedliví	79
Začněte již v porodnici	61	Slovo na závěr	79
Jak často kojit?	62		
Kojit odděleně, nebo společně?	62	POSTIŽENÍ JEDNOHO	
Každé dítě svůj prs?	63	ČI OBOU DVOJČAT	
Polohy při kojení	63	Zvládneme to psychicky?	81
Časté potíže při kojení	65	Strach a úzkost	82
Bolavé bradavky	65	Jak se s „tím“ vyrovnat?	82
Příliš mnoho mléka	65	Slovo na závěr	89
Dokrmování	65	Desatero	90
Krmení dvojčat na jednotce		Nejčastější dotazy	93
intenzivní péče	67		
Jedno z dětí na jednotce		TROJČATA	
zvláštní péče	67	Jak vzniknou trojčata	95
Kojení po příjezdu z porodnice	68	Asistovaná reprodukce	95
Zavedení řádu	68	Snížení počtu plodů	95
Dokrmování	68	Porod trojčat a období po něm	97
Přikrmování tuhou stravou	69	Porod	97
Ukončení kojení	69	Kojení	97
Nejčastější dotazy	70	Výpomoc rodiny	98
		Výběr kočárku	99
		Slovo na závěr	100
		Nejčastější dotazy	101
DVOJČATA A JEJICH SOUROZENCI			
Před narozením dvojčat	73	VÝVOJ A VÝCHOVA DVOJČAT	
Odloučení	73	OD NAROZENÍ DO JEDNOHO ROKU	
Doma	73	Kočárky, postýlky a baby vaky	103
Po narození dvojčat	74	Drobní pomocníci	105
Věnujte pozornost staršímu dítěti	74	Nemoci a pobyt v nemocnici	106
Zapojte děti do péče o dvojčata	75	Slovo na závěr	112
Dětinské chování	75	Nejčastější dotazy	113
Reakce jiných lidí	76		
Oblékání dětí	76	VÝVOJ A VÝCHOVA DVOJČAT	
Soukromí staršího sourozence	76	OD JEDNOHO DO TŘÍ LET	
Mladší sourozenci dvojčat	77	Pytel blech v dvojitém provedení	115
Kdo je kdo?	77	Bezpečnost především	116
Rozlišujte věk dětí	77	Cestování a vycházky	117
Když děti dospívají	78		
Nedělejte z dvojčat jednotku	78		

Domov plný nástrah	118
Nočník	121
Řeč dvojčat	123
Řečový vývoj	123
Slovo na závěr	124
Nejčastější dotazy	125
VÝVOJ A VÝCHOVA DVOJČAT PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU	
Předškolní starosti	127
Mateřská škola	127
Zápis do školy	129
Výhody a nevýhody společné třídy	132
Do školy společně, nebo zvlášť?	132
Když jedno dvojče neprojde u zápisu...	134
Slovo na závěr	135
ŠKOLNÍ LÉTA	
Co odhalí teprve škola	137
Problémy s učením či s učiteli	137
Petr, nebo Pavel?	138
Slovo na závěr	139
Nejčastější dotazy	139
PUBERTA	
Období sporů	141
Rodiče jsou trapní...	141
...a děti jsou dokonalé	142
Po „základce“	143
Vztahy s vrstevníky	143
Boj o identitu a změna sourozeneckých vztahů	144
Snahy o odlišení	144
Za vše mohou rodiče	145

DOSPĚLÁ DVOJČATA

Vliv na další život	149
Mimosmyslová pouta	151
Partnerské vztahy	151
Nejčastější dotazy	153

DVOJČATA V LEGENDÁCH, MÝTECH, HISTORII A LITERATUŘE

Symbyly dobra i zla	155
První historické zmínky	156
První vědecké studie	158
Dvojčata v literárním zpracování	158

KLUBY A SRAZY DVOJČAT

Inspirace ze zahraničí – Tamba	161
Klub dvojčat a vícercát v ČR	162
Když klub není v dosahu	164
Podpora psychická i praktická	165
Srazy a setkání	166
U nás i v cizině...	166

PATERČATA

172

PRARODIČE DVOJČAT – JAK NA TO?

178

ZÁVĚR

186

Použitá literatura

188

Poděkování

188

O autorce

189

Rejstřík

190