

OBSAH

| | | | |
|---|----|--|----|
| Úvod | 7 | Studené končetiny | 30 |
| Péče o těhotnou ženu | 9 | Tělesná teplota | 30 |
| Plánované rodičovství | 9 | Růst lebky | 30 |
| Početí | 9 | Obličejové dutiny lební a jejich význam | 30 |
| Těhotenství | 9 | Ušní bolesti z uzavření Eustachovy trubice | 30 |
| Termín porodu | 10 | Lymfatické uzliny a jejich léčení | 30 |
| Zdravotní péče o těhotnou | 10 | Ústa a nosohltan | 31 |
| Vývoj plodu | 10 | Zuby | 31 |
| Růst dělohy | 11 | Výměna mléčných zubů za stálé | 31 |
| Gravidogram | 11 | Hrudník | 31 |
| Cervix skóre | 11 | Vývoj hrudníku a jeho tvaru | 32 |
| Ohrožené těhotenství | 11 | Břicho | 32 |
| EPH gestóza | 12 | Známky nastupujícího pohlavního zrání | 32 |
| Rh-faktor krve | 12 | Vývoj pohybového projevu | 33 |
| Poškození plodu za těhotenství | 12 | Vyprazdňování stolice | 33 |
| Zarděnky v těhotenství | 12 | Močení | 33 |
| Ostatní virové infekce | 13 | Spánek | 34 |
| Vliv krvácení za těhotenství na plod | 13 | Bezpečnost dítěte ve spánku | 34 |
| Alkohol a kouření v těhotenství | 13 | Obrana dítěte proti infekčním nemocem | 35 |
| Výživa ženy v těhotenství | 14 | Očkování | 37 |
| Životospráva těhotné ženy | 15 | Puberta | 38 |
| Sexuální život v těhotenství | 15 | Výživa dítěte | 39 |
| Péče o duševní stav těhotné | 15 | Výživa kojením | 40 |
| Patologické těhotenství | 16 | Složením mateřského mléka | 43 |
| Začátek porodu | 16 | Zeleninová polévka | 46 |
| Porod | 17 | Ovocná přesnádávka | 46 |
| Operační porod | 17 | Náhradní výživa nekojeného dítěte | 46 |
| Šestinedělí | 17 | Feminar a Sunar | 47 |
| Novorozenec | 18 | Zelenina u batolete, vitamíny | 52 |
| Příchod dítěte na svět | 18 | Zákusky | 52 |
| Mateřská láska | 18 | Nápoje | 52 |
| Vzhled novorozence | 22 | Návyky ve výživě | 52 |
| Po operačním porodu | 24 | Význam výživy ve výchově | 53 |
| Růst a vývoj dítěte a jeho projevy | 25 | Kombinace výživy v rodině a ve škole | 53 |
| Poměrný růst částí těla | 25 | Snídaně | 53 |
| Různé růstové typy dětí | 25 | Ranní zvracení | 53 |
| Vliv rychlosti růstu na potřebu živin | 27 | Sýry ve výživě dítěte | 53 |
| Měření výšky dítěte | 27 | Maso | 54 |
| Lebka | 28 | Vejsce | 54 |
| Ostatní kosti | 28 | Luštěniny | 54 |
| Vlivy působící na růst | 28 | Tuky | 54 |
| Svalstvo | 29 | Nechutenství a výživa při něm | 54 |
| Bledost | 29 | Dodávka potravy a její řízení při tloušťce | 54 |
| Dráždivost kůže, potivost | 29 | Nápoje pro větší děti | 55 |

OBSAH

| | | | |
|--|----|---|-----|
| Výživa v dospívání | 55 | Spánek | 81 |
| Dětský duševní vývoj a jeho ochrana | 57 | Poruchy spánku | 81 |
| Vývoj schopností dítěte | 57 | Potřeba odpočinku a spánku | 81 |
| Citový vývoj | 61 | Školní docházka | 83 |
| Předškolní věk | 63 | Cesta do školy | 83 |
| Školní věk | 64 | Cestování s dítětem | 84 |
| Věk dospívání | 65 | Výlet a pobyt na venkově | 84 |
| Pohlavní výchova | 66 | Kouření v blízkosti dítěte | 85 |
| Tělesná hygiena | 68 | Konec týdne v rodinném prostředí | 85 |
| Čistota a koupání | 68 | Dětské tábory a školy v přírodě | 87 |
| Doba koupele | 68 | Tělesná výchova | 87 |
| Koupele dětí po prvním roce | 71 | Domácí tělocvik | 88 |
| Oblékání dítěte | 72 | Sporty | 93 |
| Balení kojence | 73 | Hygiena děvčátka a dospívající dívky | 94 |
| Oblečení starších dětí | 74 | Hygiena děvčátka | 94 |
| Letní oblečení | 75 | Výtok u děvčátka | 94 |
| Zimní oblečení | 75 | Appendicitis u děvčátka | 95 |
| Otužování oblečením | 75 | První měsíčky | 95 |
| Výchovný vliv způsobu oblékání | 75 | Oblečení dívky | 95 |
| Bytový prostor pro dítě | 76 | Poučení o antikoncepci | 95 |
| Možnosti pohybu doma | 77 | Veřejná pomoc rodině při výchově zdravého i nemocného dítěte | 96 |
| Pobyt na vzduchu | 79 | Podpora společnosti rodině zdravé i poškozené | 97 |
| Dětský kočárek | 79 | Podpora rodině zdravé | 97 |
| Procházký | 79 | Podpora rodině neúplné nebo rozpadlé | 98 |
| Denní doba procházek | 80 | Podpora rodin s poškozenými dětmi | 99 |
| Pohyb dítěte za procházek | 80 | Úrazy | 101 |
| Pobyt na vzduchu ve škole | 80 | | |