

O B S A H

OBDOBÍ ŽIVOTA ŽENY

Dětství	7
Charakteristika dětství	7
Puberta	13
Charakteristika puberty	13
Adolescence	19
Znaky dospívání	19
Anatomie pohlavního ústrojí	22
Dospělost	25
Znaky dospělé ženy	25
Sexualita a partnerský vztah	27
Vztah rodičů a dětí	28
Stárnutí	31
Charakteristika stárnutí	31
Menopauza	35

ZDRAVÍ ŽENY

Lékařské prohlídky	37
Celková prohlídka	37
Gynekologické vyšetření	42
Strava a výživa	47
Co to je strava?	47
Druhy stravy	52
Výživa podle jednotlivých etap života	54
Dieta v kostce	59
Poruchy a onemocnění spojené s výživou	59
Poruchy stravovacích návyků	62
Poruchy příjmu potravy	62
Obezita	64
Nemoci spojené se stravou	65

Psychické zdraví	71
Úzkost a deprese	71
Závislosti	73
Toxikomanie	75
Alkoholismus	78
Závislé chování	82
Špatné psychické zacházení a sexuální násilí	84
Kouření	87
Kůže, vlasy a nehty	93
Onemocnění kůže a vlasů	99
Některá onemocnění kůže a vlasů ..	99
Depilace	103
Slunce a kůže	105
Zdobení těla	108
Tetování a piercing	108
Tělesné cvičení a sport	111
Přínos tělesných cvičení	111
Tělesné cvičení během těhotenství	114
Intimní hygiena	117
Význam intimní hygieny u ženy ..	117
Práce a zdraví	123
Práce	123
Plastická, estetická a nápravná chirurgie	129
Právo na informace	129
Nejběžnější operace	131

SEXUALITA A MATEŘSTVÍ

Sexualita ženy	141
Sexuální odpověď	141

Ženské sexuální poruchy	149	Zánět močového měchýře	240
Příčiny poruch	149	Bolest pánve	243
Klasifikace poruch	150	Fibromyalgie	246
Nejčastější poruchy	151	Hemoroidy	249
Plánování rodiny a způsoby		Únik moči	252
antikoncepce	157	Migréna a bolesti hlavy	255
Co znamená plánovat rodinu	157	Velmi častý problém	255
Sterilita a neplodnost	167	Osteoporóza	258
Je sterilita totéž jako neplodnost?	167	Charakteristika osteoporózy	258
Těhotenství	173	Cysty na vaječnicích	261
Porod	195	Folikul	261
První příznaky porodu	195	Poruchy štítné žlázy	264
Kojení	205	Onemocnění štítné žlázy	264
Mateřské mléko	205	Chronický zánět močových cest	267
Potíže s kojením	209	Vaginální infekce	270
Těhotenství během dospívání	211	Křečové žíly	273
Přerušeni těhotenství	214	Demence	279
Dobrovolné přerušeni		Co to je demence	279
těhotenství	214		

POTÍŽE A ONEMOCNĚNÍ ŽENY

Revmatismus	217
Charakteristika revmatismu	217
Poruchy menstruace	220
Menstruace	220
Menstruační potíže	221
Onemocnění prsou	223
Prs	223
Rakovina vaječníku	228
Rakovina dělohy	231
Rakovina děložního krčku	231
Kardiovaskulární onemocnění	234
Rizikové faktory	234
Pohlavně přenosné nemoci (STD)	237