



Několik slov úvodem ..... 9

## ZDRAVÉ DÍTĚ OD NAROZENÍ PO DOSPÍVÁNÍ ..... 11

### 1. NOVOROZENEK ..... 13

Co dělat před narozením dítěte ..... 13

Začínáte poznávat své dítě ..... 18

Krmení ..... 26

Spánek ..... 36

Přebalování ..... 37

Dětská pokožka ..... 43

Cvičení ..... 44

Fyzický rozvoj dítěte ..... 44

Vývoj dítěte ..... 45

### 2. KOJENEC ..... 49

Fyzický rozvoj dítěte ..... 49

Vývoj dítěte ..... 50

Cvičení ..... 67

Spánek ..... 67

Disciplína ..... 68

### 3. BATOLE ..... 69

Fyzický rozvoj dítěte ..... 70

Vývoj dítěte ..... 70

Vývoj řeči ..... 75

Výživa ..... 79

Nácvik chození na nočník a na toaletu ..... 86

Cvičení ..... 88

Spánek ..... 89

Sexualita ..... 90

Disciplína ..... 91

<b>4. PŘEDŠKOLÁK</b> .....	95
Fyzický rozvoj dítěte .....	95
Vývoj dítěte .....	96
Vývoj řeči .....	102
Výživa předškoláka .....	105
Cvičení .....	106
Spánek .....	106
Sexualita .....	108
Disciplína .....	108
<b>5. ŠKOLÁK</b> .....	111
Fyzický rozvoj .....	112
Citový, společenský a intelektuální vývoj .....	113
Stravování školáka .....	116
Spánek .....	119
Sexualita .....	119
Disciplína .....	120
Jak pomoci dítěti odolat cigaretám, alkoholu a jiným drogám .....	122
<b>6. PŘEDPUBERTÁLNÍ A PUBERTÁLNÍ VĚK</b> .....	125
Vývoj dítěte .....	126
Puberta .....	126
Sexualita .....	136
Výživa .....	144
Tělesný pohyb .....	146
Spánek .....	148
Péče o sebe sama .....	148
Škola .....	149
<b>PÉČE O DĚTSKÉ ZDRAVÍ</b> .....	157
<b>7. JAK ZAJISTIT KVALITNÍ PÉČI O DÍTĚ</b> .....	159
Opatrovatelky a chůvy .....	159
Jesle .....	160
Mateřské školy .....	161
Sám doma .....	163



<b>8. BĚŽNÁ ZDRAVOTNÍ PÉČE</b> .....	165
Dětský lékař .....	165
Screeningové testy novorozenců .....	166
Očkování .....	167
Rutinní testy a screeningová vyšetření u dětí .....	173
Pravidelné kontroly u dětského lékaře .....	177
<b>9. PÉČE O CHRUP</b> .....	193
Dětský chrup .....	193
Zubní prohlídky .....	198
<b>10. ZRANĚNÉ NEBO NEMOCNÉ DÍTĚ</b> .....	203
Příznaky .....	203
Základy domácí péče .....	207
Ošetření lehké nemoci nebo zranění .....	216
Zánět horních cest dýchacích .....	218
Když dítě musí být hospitalizováno .....	225
<b>11. BEZPEČNÉ PROSTŘEDÍ PRO DÍTĚ</b> .....	227
Jak předcházet úrazům .....	227
Ochrana dětí před násilnými činy .....	252
Zneužívání dětí .....	254
<b>12. CITOVÉ ZDRAVÍ DÍTĚTE</b> .....	259
Jak zvyšovat sebeúctu dítěte .....	259
Rozvoj osobnosti dítěte .....	261
Změny v rodině .....	262
Děti a stres .....	268
Jak pomoci dítěti pochopit smrt .....	270
<b>13. DĚTI VYŽADUJÍCÍ ZVLÁŠTNÍ PÉČI</b> .....	271
Vaše rodina .....	271
Organizace péče o dítě .....	272
Zdravotnický tým pečující o dítě .....	274
Plánování budoucnosti dítěte .....	275



DĚTSKÉ NEMOCI.....	277
TABULKY PŘÍZNAKŮ.....	279
ABECEDNÍ PŘEHLED DĚTSKÝCH NEMOCÍ .....	323
PRVNÍ POMOC.....	561
O PRENATÁLNÍM VÝVOJI A TĚHOTENSTVÍ .....	561
PŘEHLED BĚŽNÝCH LÉKAŘSKÝCH VYŠETŘENÍ A TERMÍNŮ .....	605
Rejstřík.....	609

