

# Obsah



## Úvod

|                      |   |
|----------------------|---|
| Zázrak přírody ..... | 3 |
|----------------------|---|



## Těhotenství

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| Připravená na těhotenství .....     | 11  |
| Devět měsíců týden po týdnu .....   | 19  |
| Duševní a tělesné změny .....       | 38  |
| Obvyklé těhotenské obtíže .....     | 42  |
| Život v těhotenství .....           | 58  |
| Zdravé jídlo pro matku i dítě ..... | 64  |
| Lékařská péče .....                 | 68  |
| Aby rodiče zůstali partnery .....   | 87  |
| Příprava na porod .....             | 92  |
| Vyšetření během těhotenství .....   | 102 |
| Komplikace a onemocnění .....       | 108 |
| Těhotenství od A do Z .....         | 122 |



## Porod

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| Děťátko se vydává na cestu .....  | 127 |
| Vaginální porod .....             | 138 |
| Řízené porody .....               | 160 |
| Další nefyziologické porody ..... | 176 |
| Porod od A do Z .....             | 180 |



## Šestinedělí a kojení

|   |     |
|---|-----|
| Líbánky s děťátkem .....                        | 185 |
| Tělesné a duševní změny .....                   | 186 |
| Šestinedělí v porodnici a doma .....            | 200 |
| První chvíle v roli novopečených rodičů .....   | 206 |
| Šťastný čas kojení .....                        | 210 |
| Umělá výživa .....                              | 228 |
| Rekonvalescenční cvičení .....                  | 230 |
| Komplikace a onemocnění během šestinedělí ..... | 238 |
| Šestinedělí a kojení od A do Z .....            | 242 |



## Novorozenec

|  |     |
|--|-----|
| Na každém začátku je něco kouzelného .....           | 247 |
| Prvotní poporodní péče .....                         | 252 |
| Základní výbava pro miminko .....                    | 258 |
| Novorozenec .....                                    | 270 |
| Život s miminkem .....                               | 278 |
| Návštěvy dětské poradny, prevence a očkování .....   | 290 |
| Zavádění příkrmů a pozvolné ukončování laktace ..... | 292 |
| Novorozenec od A do Z .....                          | 296 |



## Nalistujte si

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| Užitečné adresy ..... | 298 |
| Rejstřík .....        | 300 |