

OBSAH

- 5** Úvod
- 6** Před početím
Týden 1
- 8** Oplodnění
Týden 2
- 10** Zdravá strava
Týden 3
- 12** Jídelníček
Týden 4
- 14** Jak zjistit, že jste v jiném stavu
Týden 5
- 16** Jak zvládnout časné potíže
Týden 6
- 18** Přibývání na váze
Týden 7
- 20** Prenatální péče
Týden 8
- 22** Pravidelné prohlídky
Týden 9
- 24** Možnosti vedení porodu
Týden 10
- 26** Stále krásná
Týden 11
- 28** Dobrá kondice
Týden 12
- 30** Správné držení těla
Týden 13
- 32** Relaxace
Týden 14
- 34** Speciální vyšetření
Týden 15
- 36** Ultrazvuk
Týden 16
- 38** Mateřské oblečení
Týden 17
- 40** Pracující matka
Týden 18
- 42** Kontakt s dítětkem
Týden 19
- 44** Časté obtíže 1
Týden 20
- 46** Časté obtíže 2
Týden 21
- 48** Neodkladné stavy
Týden 22
- 50** Příprava na kojení
Týden 23
- 52** Intimní život
Týden 24
- 54** Nezbytné pomůcky
Týden 25
- 56** Kojenecká výbavička
Týden 26
- 58** Příprava dětského pokoje
Týden 27
- 60** Příprava na porod doma
Týden 28
- 62** Příprava na porod
Týden 29
- 64** Partner u porodu
Týden 30
- 66** Jak se sbalit do porodnice
Týden 31
- 68** Polohy při porodu
Týden 32
- 70** Tlumení bolesti při porodu
Týden 33
- 72** Indukovaný porod
Týden 34
- 74** Sledování plodu
Týden 35
- 76** Porod dvojčat
Týden 36
- 78** Přenášení
Týden 37
- 80** Porod císařským řezem
Týden 38
- 82** Porod
Týden 39
- 84** Vyšetření novorozence
Týden 40
- 86** Poporodní období
Týden 41
- 88** Kojení a citové pouto
Týden 42
- 90** Výběr jména
- 91** Jména a jejich význam
- 92** Rozvahy o porodu
- 93** Porodní plán
- 94** Slovníček odborných výrazů
- 96** Rejstřík

