



# OBSAH

## CHOVÁNÍ

<b>CHOVÁNÍ DÍTĚTE</b>	<b>6-7</b>
VÝZNAM SPÁNKU	6
PLÁČ JAKO FORMA KOMUNIKACE	7
HARMONICKÉ PROSTŘEDÍ	7

<b>KOJENECKÝ SPÁNEK</b>	<b>8-9</b>
PRAKTICKÉ RADY	8
Pohodlná kolébka	
FYZIOLOGIE SPÁNKU	9
SIGNÁLY OSPALOSTI	9

<b>JAK UKLÁDÁME KOJENCE KE SPANÍ</b>	<b>10-11</b>
NA CO DÁVÁME POZOR	10
Polštářek	
PŘÍJEMNÉ PROSTŘEDÍ	11
SPÁNEK A HLUK	11
PRAKTICKÉ RADY	11

<b>KOJENECKÝ PLÁČ</b>	<b>12-13</b>
OBVYKLÉ PŘÍČINY PLÁČE	12
PLÁČ SIGNALIZUJÍCÍ BOLEST	13
<i>Hlavní bolestivá místa</i>	13
JAK ZMÍRNIT BOLEST	13

<b>BYT A DĚTSKÝ POKOJ</b>	<b>14-15</b>
POZOR NA...	14
Záclony, závěsy a koberce	
PODNĚTNÉ PROSTŘEDÍ	15

<b>POBYT VENKU</b>	<b>16-17</b>
POBYT NA SLUNCI – PRO A PROTI	16
OTUŽOVÁNÍ	16
KDY A JAK CHODÍME NA PROCHÁZKU	17
PODMÍNKY PRO POBYT VENKU	17
SOCIÁLNÍ VAZBY	17

LÉKAŘ RADÍ	18
NA CO NEZAPOMÍNÁME	18

## VÝŽIVA

<b>VÝŽIVA KOJENCŮ</b>	<b>20-21</b>
<i>Výživa kojenců</i>	20
KOJENECKÁ KOLIKA	20
CHUŤ K JÍDLU	21
ROZŠÍŘOVÁNÍ DĚTSKÉHO JÍDELNÍČKU	21
ŽVÝKACÍ POMŮCKY	21

<b>VÝŽIVA DÍTĚTE</b>	<b>22-23</b>
ŽALUDEK KOJENCE	22
POLYKÁNÍ VZDUCHU	23
PRAKTICKÉ RADY	23
Prevence polykání vzduchu	
KAŠE A NOVÉ POTRAVINY	23
SLINY	23

<b>STŘEVNÍ POTÍŽE V PRVNÍCH TŘECH MĚSÍCÍCH ŽIVOTA</b>	<b>24</b>
PŘÍČINY KOJENECKÉ KOLIKY	24
JAK ZMÍRNIT BOLEST	24
GASTROKOLICKÝ REFLEX	24

<b>KOJENECKÁ ZÁCPA</b>	<b>25</b>
SPRÁVNÁ VÝŽIVA	25
STIMULACE KONEČNÍKU	25
NA CO DÁVÁME POZOR	25
Výplachy střev	

<b>UBLINKÁVÁNÍ A ZVRACENÍ</b>	<b>26-27</b>
NA CO DÁVÁME POZOR...	26
Přetrvávající ublinkávání a zvracení	







<b>CO DĚLAT</b>	
V PŘÍPADĚ ZVRACENÍ	27
PATOLOGICKÉ ZVRACENÍ	27
PRAKTICKÉ RADY	27
Jak čistíme místa znečištěná zvratky	

<b>PŘEHNANÁ CHUŤ K JÍDLU</b>	<b>28</b>
PRŮMĚRNÁ HMOTNOST KOJENCŮ	28
FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ CHUŤ K JÍDLU	28
VYROSTOU Z NAŠICH DĚTÍ TLOUŠTÍCI?	28

<b>CHYBĚJÍCÍ CHUŤ K JÍDLU</b>	<b>29</b>
VŠEOBECNÁ PRAVIDLA	29

<b>INTOLERANCE A ALERGIE</b>	<b>30–31</b>
ALERGENNÍ POTRAVINY	30
ALERGIE NA LEPEK	30
ALERGICKÝ EKZÉM	31
VÝZNAM KOUPÁNÍ	31
UDRŽOVÁNÍ VLHKOSTI V POKOŽCE	31

<b>MLÉČNÉ ZUBY</b>	<b>32–33</b>
VÁPŇÍK	32
<i>Kdy začít s čištěním zubů</i>	32
SE VŠÍM DO PUSY	33
PRAKTICKÉ RADY	33
ŽVÝKÁNÍ POTRAVY	33
SYMPTOMY PROŘEZÁVÁNÍ ZUBŮ	33

<b>LÉKAŘ RADÍ</b>	<b>34</b>
NA CO NEZAPOMÍNÁME	34

## INFEKČNÍ CHOROBY

<b>DĚTSKÉ INFEKCE</b>	<b>36–37</b>
KOJENECKÁ IMUNITA	36
PŘÍZNAKY INFEKCE	36
INFEKČNÍ CHOROBY TRÁVICÍ SOUSTAVY	37
INFEKCE MOČOVÝCH CEST	37
INFEKCE DÝCHACÍCH CEST	37
UŠNÍ ZÁNĚŤ	37

<b>IMUNITNÍ SYSTÉM</b>	<b>38</b>
KŮŽE JAKO ÚČINNÁ BARIÉRA	38
PRVNÍ OČKOVÁNÍ	38

<b>HOREČKA</b>	<b>39</b>
TEPLOMĚR	39
TEPLOTNÍ KŘIVKA	39
POPLAŠNÉ SIGNÁLY	39
MĚŘENÍ TEPLoty	39

<b>STŘEVNÍ INFEKCE</b>	<b>40–41</b>
PŘECITLIVĚLOST NA LAKTÓZU	40
PŘÍZNAKY	41
POZOR NA...	41
Dehydratace	
REHYDRATACE	41
DIETA	41

<b>INFEKCE MOČOVÝCH CEST</b>	<b>42–43</b>
PŘÍČINY	42
ROZBORY MOČI	43
PRAKTICKÉ RADY	43
ROZBORY MOČI	43

<b>INFEKCE DÝCHACÍHO ÚSTROJÍ</b>	<b>44–45</b>
ZÁNĚTY HORNÍCH CEST DÝCHACÍCH	44
OSTATNÍ ČASTÉ INFEKCE	44
<i>Zánět hrtanu</i>	44
INFEKČNÍ ZÁNĚTY DOLNÍCH CEST	45
AUSKULTACE	45
RTG	45
ALERGICKÁ ONEMOCNĚNÍ DÝCHACÍCH CEST	45

<b>INFEKČNÍ ZÁNĚTY UCHA</b>	<b>46–47</b>
STAVBA UCHA	46
BOLEST UŠÍ	46
<i>Hnisavý zánět ucha</i>	46
OTOSKOPIE	47
UŠNÍ DRENÁŽ	47
LÉČBA	47

<b>LÉKAŘ RADÍ</b>	<b>48</b>
NA CO NEZAPOMÍNÁME	48