



98

Obsah

8 FOTOSOUTĚŽ

10 NOVINKY

Inažilky

16 Nekonečné čekání
po vkladu embrya

Devět měsíců

20 Těhotenství krok za krokem
- 4. měsíc

První rok

28 Miminko a zácpa

36 Výživa a zdraví nejmenších
- Banán a avokádo

44 365 dní života miminka - 4. měsíc

48 Kojenecké recepty

Dětský svět

56 Promiň, zlato, musím tě odstavit

62 Úspěšné mámy

66 Dvojčata - Co jste o nich nevěděli



77



44

Do školy

- 72 Prvňáček a škola
77 Máme doma snílka

Zdraví

- 86 Plenková dermatitida
92 Mononukleóza v těhotenství

Krásná máma

- 98 Fit i na mateřské

Psychologie

- 104 Nejdříve já, potom ty

Rodina

- 112 Dovolte dětem prožívat negativní pocity
118 Rodina s více dětmi - minulost, nebo nový trend?

125 RECEPTY

28



104

MÁMA

Ročník XIII
číslo 5
2018

dvouměsíčník

REDAKCE

Šéfredaktorka:
Eva Dekarová

eva.dekarova@mamaaja.cz

Asistent redakce:
Zdeněk Žáček

Redaktorky:
Petra Hladká
Jarmila Hyroššová
Eva Ungvarská
Nina Bednářiková
Andrea Mániková
Nataša Klárská
Martina Pašková
Marika Koscelníková
Veronika Nováková

Jazyková úprava:
Mgr. Ivana Podskalská

SPOLUPRACOVNÍCI

PhDr. Viera Andreášna, CSc.
prim. MUDr. Ján Červenka
MUDr. Agnesa Číková
prof. MUDr. Svetozár Dluholucký, CSc.
prof. Peter G. Fedor-Freybergh
prof. MUDr. Karol Holomáň, CSc.
MUDr. Jana Kapřivová
MUDr. Klára Kossárová
MUDr. Peter Brenišin
MUDr. Júlia Michaličková
Ing. Eva Pavlíková
MUDr. Dagmar Ružičková
MUDr. Gabriela Straková
doc. Ing. Mária Takácsová, CSc.
MUDr. Katarína Vicianová
Mgr. Roland Wagner
Jana Wagnerová
PhDr. Viola Zlámalová

GRAFICKÁ ÚPRAVA

Eduard Lošonský

FOTO

SHUTTERSTOCK, archiv redakce
Martin Zelinka

ADRESA REDAKCE

ags 92, s.r.o.
IČ: 48110591
Pobřežní 667/78
186 00 Praha 8 - Karlín
e-mail: redakce@mamaaja.cz
www.mamaaja.cz

YDÁVÁ

ags⁹²

OBJEDNÁVKY A PŘEDPLATNÉ

ags 92, s. r. o.
mobil: 737 279 654
e-mail: predplatne@mamaaja.cz
www.mamaaja.cz
FB: mamaaja.cz
IG: @mamaaja.cz

SMS služby technicky zajišťuje goNET s. r. o.,
technicky zajišťuje MobilBonus s. r. o.
Infolinka PO až PÁ 9 - 17 h, tel.: 777 717 535
Povoleno MK ČR pod číslem E 16618.

ISSN 1801-8769

Uveřejněné články vyjadřují názory autorů a nemusí být
vždy totožné se stanoviskem redakce a vydavatele.
Nevyžádané rukopisy a obrazový materiál nevracíme.
Kopírování, znovupublikování nebo rozšiřování kterékoli části
časopisu se povoluje výhradně se souhlasem vydavatele.
Redakce neodpovídá za obsah jednotlivých inzerátů.