

Obsah

Předmluva

I Péče o dítě v minulosti a dnes

RODINA A PÉČE O DĚTI V HISTORII LIDSTVA	9
VEŘEJNÁ PÉČE O ZDRAVÍ A VÝCHOVU DĚTÍ V NAŠEM STÁTĚ	12
<i>ZÁSADY PÉČE O DĚTI</i>	12
<i>PREVENTIVNÍ ZAMĚŘENÍ PÉČE O DĚTI</i>	13
<i>ZDRAVOTNICKÁ ZAŘÍZENÍ PRO DĚTI</i>	14
Novorozenecká oddělení nemocnic	14
Dětské poradny	14
Dětská střediska, dětská oddělení nemocnic, léčebny a ozdravovny	16
<i>VÝCHOVNÁ ZAŘÍZENÍ PRO DĚTI ÚTLÉHO VĚKU</i>	19
Kojenecké ústavy a dětské domovy	19
Jesle	20
Materšské školy	23
Dětské útulky na vesnici	27
<i>VÝSLEDKY PÉČE O DĚTI V NAŠEM STÁTĚ</i>	29

II O prostředcích upevňujících tělesné a duševní zdraví dítěte

TĚLESNÉ A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ DÍTĚTE	31
VROZENÁ ONEMOCNĚNÍ	32
ONEMOCNĚNÍ ZÍSKANÁ PO NAROZENÍ	33

RODINA, DOMOV A JEJICH VLIV NA ZDRAVÍ DÍTĚTE	35
<i>VZÁJEMNÉ VZTAHY RODIČŮ A JEJICH POMĚR K DÍTĚTI</i>	35
<i>SOUROZENCI V RODINĚ</i>	38
<i>DĚTI A PRARODIČE</i>	40
<i>OSVOJENÍ ČILI ADOPCCE DÍTĚTE</i>	41
<i>RODINNÝ BYT A JEHO VLIV NA VÝVOJ A ZDRAVÍ DÍTĚTE</i>	42
Význam zdravého bydlení	42
Zařízení bytu	42
Hygiena bydlení	43
DENNÍ POŘÁDEK DÍTĚTE A JEHO PŘI-MĚŘENÉ ZAMĚSTNÁNÍ	44
<i>PRAVIDELNOST PÉČE O DÍTĚ</i>	44
<i>POTŘEBA SPÁNKU A TRVÁNÍ BDĚNÍ U RŮZNĚ STARÝCH DĚTÍ</i>	46
<i>NÁPLŇ DNE</i>	48
VÝZNAM A ZÁSADY VÝŽIVY V ÚTLÉM VĚKU	49
<i>VLIV VÝŽIVY NA RŮST DÍTĚTE A JEHO ZDRAVOTNÍ STAV</i>	49
<i>PODSTATA PROCESŮ VÝŽIVY</i>	50
<i>NEJDŮLEŽITĚJŠÍ SLOŽKY VÝŽIVY</i>	51
Bílkoviny	51
Tuky	52
Glycidy	52
Vitamíny	53
Minerální látky	55
Voda	56
<i>OBSAH ENERGIE VE STRAVĚ A JEHO HODNOCENÍ</i>	57
<i>VÝZNAM RŮZNÝCH POTRAVIN VE VÝŽI-VĚ DĚTÍ DO 6 LET</i>	58
Mléko a mléčné výrobky	59
Maso, vejce a suché luštěniny	60

Obiloviny, pečivo a těstoviny	61
Tuky	61
Zelenina a ovoce	62
Cukr a potraviny obsahující hojně cukru	63
Přibližné denní dávky různých potravin pro děti do 6 let	63
Doporučené denní dávky kalorií a hlavních živin pro děti do 6 let	64
PÉČE O TĚLESNOU ČISTOTU A VÝCHOVA HYGIENICKÝCH NÁVYKŮ	64
<i>VÝZNAM ČISTOTY A ČISTOTNOSTI PRO ZDRAVÍ</i>	64
<i>JEDNOTLIVÉ SLOŽKY PÉČE O ČISTOTU A ČISTOTNOST</i>	65
<i>VÝVOJ NÁVYKŮ PŘI SPRÁVNÉ VÝCHOVNÉ PÉČI O DÍTĚ</i>	66
POHYBOVÁ VÝCHOVA	67
<i>VÝZNAM POHYBOVÉ VÝCHOVY</i>	67
<i>ZÁSADY POHYBOVÉ VÝCHOVY MALÝCH DĚTÍ</i>	71
<i>VÝVOJ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ</i>	72
OTUŽOVÁNÍ	74
<i>PODSTATA OTUŽOVÁNÍ</i>	74
<i>OTUŽOVÁNÍ VHODNÝM OBLEČENÍM</i>	76
<i>OTUŽOVÁNÍ VODOU</i>	77
<i>VZDUŠNÉ LÁZNĚ A SLUNĚNÍ</i>	78
<i>POBYT DÍTĚTE VENKU</i>	79
OCHRANA PŘED PŘENOSNÝMI CHORO- BAMI	80
<i>PREVENCE STYKU SE ZDROJI NÁKAZY</i>	80
<i>OCHRANNÉ OČKOVÁNÍ</i>	82
<i>PODÁNÍ GAMAGLOBULINU</i>	84
OCHRANA PŘED ÚRAZY A OTRAVAMI	84
VČASNÉ ZJIŠTĚNÍ NEMOCI A PÉČE O NE- MOCNÉ DÍTĚ	86

III Vývoj dítěte a péče o jeho zdraví před narozením

POČETÍ DÍTĚTE	90
VÍCEČETNÁ TĚHOTENSTVÍ	91
NITRODĚLOŽNÍ VÝVOJ PLODU	92
VYŠETŘENÍ RODIČŮ PŘED POČETÍM DÍTĚTE	93
PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY ŽENY V TĚ- HOTENSTVÍ	94
ŽIVOTOSPRÁVA V TĚHOTENSTVÍ	95
PŘÍPRAVA PRSŮ KE KOJENÍ	97
SPORT A GYMNASTIKA V TĚHOTENSTVÍ	97
ODÍVÁNÍ TĚHOTNÝCH ŽEN	98
POROD	99
OŠETŘENÍ DÍTĚTE PO PORODU	101

IV Novorozené dítě a péče o jeho zdraví

CHARAKTERISTIKA NOVOROZENECKÉ- HO OBDOBÍ	104
VZHLED NOVOROZENCE	105
TĚLESNÁ VÁHA A DÉLKA NOVOROZEN- CE	106
PROJEVY NOVOROZENCE	107
<i>MOČ A STOLICE</i>	107
<i>BLINKÁNÍ</i>	108
<i>ŠKYTAVKA</i>	108
<i>KŘIK DÍTĚTE</i>	109
ROZDÍLY MEZI JEDNOTLIVÝMI DĚTMI	110
NEDONOŠENÝ NOVOROZENEC	110
VÝCHOVNÁ PÉČE O NOVOROZENEC	112
<i>PŘÍSTUP MATKY K PÉČI O DÍTĚ</i>	112
<i>OTEC V PÉČI O NOVOROZENÉ DÍTĚ</i>	112
<i>VZTAH SOUROZENCŮ K NOVOROZENCI</i>	113

POKOJ PRO MATKU A NOVOROZENÉ DÍTĚ	114
DENNÍ ROZVRH PÉČE O NOVOROZENCE	115
VÝŽIVA NOVOROZENCE	116
<i>PŘEDNOSTI PŘIROZENÉ VÝŽIVY A JEJÍ PŘEDPOKLADY</i>	116
<i>ZAČÁTKY KOJENÍ</i>	117
<i>TECHNIKA KOJENÍ</i>	118
<i>MNOŽSTVÍ MATEŘSKÉHO MLÉKA, JEHO ZJIŠŤOVÁNÍ A PŘÍZNAKY JEHO NEDOSTATKU</i>	120
<i>POSTUP PŘI NEDOSTATKU MATEŘSKÉHO MLÉKA</i>	121
<i>DOPLŇKY VÝŽIVY NOVOROZENCE</i>	122
<i>ZÁNĚT MATEŘSKÉHO PRSU</i>	123
PÉČE O TĚLESNOU ČISTOTU	123
<i>KOUPÁNÍ NOVOROZENCE A MALÉHO KOJENCE</i>	123
<i>UMÝVÁNÍ PO STOLICI</i>	125
<i>OŠETŘENÍ NEZHOJENÉ PUPEČNÍKOVÉ JIZVY</i>	125
ODÍVÁNÍ NOVOROZENCE	126
<i>VÝBAVIČKA PRO NOVOROZENÉ DÍTĚ</i>	126
<i>POŽADAVKY NA OBLÉKÁNÍ NOVOROZENCE</i>	129
<i>ZPŮSOB OBLÉKÁNÍ</i>	130
<i>PRANÍ PLEN A DĚTSKÉHO PRÁDĚLKA</i>	131
POBYT NA ČERSTVÉM VZDUCHU	132
OCHRANA NOVOROZENÉHO DÍTĚTE PŘED INFEKČÍ	133
<i>OČKOVÁNÍ PROTI TUBERKULÓZE</i>	134
PRVNÍ NÁVŠTĚVA OBVODNÍ DĚTSKÉ SESTRY V RODINĚ A VYŠETŘENÍ NOVOROZENCE V DĚTSKÉ PORADNĚ	135
NEJČASTĚJŠÍ PŘÍZNAKY ONEMOCNĚNÍ U NOVOROZENCE	136

V 2. — 12. měsíc života

CHARAKTERISTIKA KOJENECKÉHO OB- DOBÍ	138
TĚLESNÝ VÝVOJ KOJENCE	139
<i>ZNAMY DOBRÉHO TĚLESNÉHO ZDRAVÍ</i>	139
<i>VÁHA DÍTĚTE V 1. ROCE ŽIVOTA</i>	140
<i>ZÁZNAM O VÁHOVÉM VÝVOJI</i>	142
<i>TĚLESNÁ DÉLKA (VÝŠKA)</i>	143
<i>VZÁJEMNÝ POMĚR JEDNOTLIVÝCH ČÁSTÍ TĚLA</i>	143
<i>ŠIKMÉ ZÁHLAVÍ</i>	143
<i>KŮŽE, VLASY A OČI</i>	144
<i>STROUPKY VE VLASECH</i>	145
<i>ŠILHÁNÍ</i>	145
<i>PROŘEZÁVÁNÍ PRVNÍCH ZOUBKŮ</i>	146
<i>SLEPENÍ PŘEDKOŽKY U CHLAPCŮ</i>	146
DUŠEVNÍ VÝVOJ DÍTĚTE V 1. ROCE	147
2. — 3. MĚSÍC	147
2. ČTVRTLETÍ	148
3. ČTVRTLETÍ	149
4. ČTVRTLETÍ	150
<i>ROZDÍLY V CHOVÁNÍ JEDNOTLIVÝCH DĚTÍ</i>	153
VÝCHOVNÁ PÉČE O KOJENCE	153
<i>ZÁKLADNÍ POTŘEBY KOJENCE</i>	153
<i>VZTAH VYCHOVATELŮ K DÍTĚTI</i>	154
DENNÍ ROZVRH	155
<i>VÝZNAM PRAVIDELNÉHO STRÍDÁNÍ SPÁNKU A BDĚNÍ</i>	155
<i>PŘIBLIŽNÁ POTŘEBA SPÁNKU V PRŮBĚHU 1. ROKU</i>	156
<i>PŘÍKLADY ROZVRHŮ DENNÍ PÉČE O KOJENCE</i>	157
<i>USPOŘÁDÁNÍ SPÁNKU</i>	160

ROZVÍJENÍ POHYBOVÝCH SCHOPNOSTÍ, VZTAHŮ K PROSTŘEDÍ A ŘEČI DÍTĚTE V 1. ROCE ŽIVOTA	162
1. ČTVRTLETÍ ŽIVOTA	162
2. ČTVRTLETÍ ŽIVOTA	164
3. A 4. ČTVRTLETÍ ŽIVOTA	166
VÝŽIVA KOJENCE	168
ZÁSADY VÝŽIVY V 1. ROCE	168
VÝŽIVA MATEŘSKÝM MLÉKEM	170
PŘÍDAVKY KE KOJENÍ	171
NEDOSTATEK MATEŘSKÉHO MLÉKA	172
NÁHRADA MATEŘSKÉHO MLÉKA	172
JÍDELNÍČEK UMĚLE ŽIVENÉHO KOJEN- CE V PRVNÍCH 6 MĚSÍCÍCH ŽIVOTA	173
První měsíc	173
Druhý a třetí měsíc	173
Čtvrtý měsíc	173
Pátý měsíc	174
Šestý měsíc	174
VÝŽIVA KOJENCE VE DRUHÉ POLOVINĚ PRVNÍHO ROKU	174
Jídelníček v 6. — 12. měsíci	174
ZÁSADY PŘÍPRAVY JÍDLA PRO KOJENCE	175
PŘÍPRAVKY PRO VÝŽIVU KOJENCŮ	176
Feminar	176
Sunar	177
Rélakton	177
Sunarka	178
Krupičná kaše	178
Zeleninový předkrm	178
Zeleninová polévka	179
Ovocná šťáva	179
Ovocná kaše	180
PÉČE O TĚLESNOU ČISTOTU	180
KAŽDODENNÍ OČISTNÁ KOUPEL KOJENCE	180
PŘEBALOVÁNÍ	181

<i>ČISTOTA RUKOU</i>	181
<i>NÁVYKY VYPRAZDŇOVÁNÍ</i>	181
ODÍVÁNÍ KOJENCŮ	182
<i>ŽÁSADY OBLÉKÁNÍ KOJENCŮ</i>	182
<i>PLENKOVÉ KALHOTKY PRO KOJENCE</i>	182
<i>DOPLNĚNÍ VÝBAVIČKY PRO KOJENCE</i>	183
POBYT DÍTĚTE VENKU	184
<i>SLUNĚNÍ</i>	185
<i>POBYT NA VENKOVĚ</i>	185
PŘÍZNAKY ONEMOCNĚNÍ U KOJENCE	186
VÝVOJ NEDONOŠENÝCH DĚTÍ V 1. ROCE A PÉČE O JEJICH ZDRAVÍ	188

VI Vývoj dítěte ve 2.—6. roce života a péče o jeho zdraví 190

CHARAKTERISTIKA BATOLAT A PŘED- ŠKOLNÍCH DĚTÍ	190
TĚLESNÝ VÝVOJ DĚTÍ VE 2. A 3. ROCE	191
<i>RŮST DÍTĚTE A VÁHOVÉ PŘÍRŮSTKY</i>	191
<i>DĚTSKÝ CHRUP</i>	192
DUŠEVNÍ VÝVOJ VE 2. A 3. ROCE	192
<i>VLASTNOSTI PŘÍZNAČNÉ PRO BATOLA- TA</i>	192
<i>DOVEDNOSTI DÍTĚTE VE 2.—3. ROCE</i>	195
TĚLESNÝ VÝVOJ VE 4.—6. ROCE ŽIVOTA	197
DUŠEVNÍ VÝVOJ DÍTĚTE VE 4.—6. ROCE	199
VÝCHOVA BATOLAT A PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ	200
<i>PŘEDPOKLADY ÚSPĚŠNÉ VÝCHOVY</i>	200
<i>PŘIMĚŘENÉ ZAMĚSTNÁNÍ DÍTĚTE</i>	201
<i>VÝCHOVA K POSLUŠNOSTI</i>	205
<i>ODMĚNY A POCHVALY</i>	206

<i>TRESTY</i>	206
HRA DÍTĚTE	208
<i>HRAČKY</i>	215
<i>KRESLENÍ A MODELOVÁNÍ</i>	215
<i>KNIHY, ŘÍKÁNKY, POHÁDKY A PÍSNÍČKY</i>	216
<i>DIVADLO, ROZHLAS, TELEVIZE A FILM</i>	
<i>VE VÝCHOVĚ PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ</i>	217
DENNÍ ROZVRH BATOLAT A PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ	218
<i>PRAVIDELNOST DENNÍHO POŘÁDKU</i>	218
<i>SPÁNEK</i>	219
VÝŽIVA BATOLAT A PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ	220
<i>ZÁSADY VÝŽIVY BATOLAT A PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ</i>	220
<i>DENNÍ ROZVRŽENÍ JÍDLA</i>	222
<i>PŘÍKLADY JÍDELNÍČKŮ</i>	223
<i>PŘIPOMÍNKY K PŘÍPRAVĚ STRAVY</i>	224
<i>VÝCHOVA DÍTĚTE KE SPRÁVNÝM NÁVYKŮM PŘI JÍDLE</i>	225
PEČE O TĚLESNOU ČISTOTU A HYGIENICKÉ NÁVYKY	227
<i>OČISTNÁ KOUPEL</i>	227
<i>DENNÍ UMÝVÁNÍ</i>	227
<i>PÉČE O NEHTY A VLASY</i>	228
<i>ČISTOTA NOSU</i>	228
<i>ČIŠTĚNÍ ZUBŮ</i>	228
<i>ČISTOTA OBLEČENÍ</i>	229
<i>VYPRAZDŇOVÁNÍ</i>	229
ODÍVÁNÍ BATOLAT A PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ	230
<i>POŽADAVKY NA OBLEČENÍ</i>	230
<i>VÝBAVIČKA BATOLAT</i>	231
<i>OBLEČENÍ PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ</i>	234
POHYBOVÁ VÝCHOVA	236
POBYT DÍTĚTE VENKU	241

NEJČASTĚJŠÍ PORUCHY CHOVÁNÍ A ZLO- ZVYKY	242
<i>NECHUTENSTVÍ</i>	243
<i>LOUDÁNÍ PŘI JÍDLE</i>	244
<i>ZÁCHVATY ZLOSTI</i>	244
<i>UPOUTÁVÁNÍ POZORNOSTI</i>	244
<i>ČASTÝ PLÁČ</i>	245
<i>STRACH DÍTĚTE</i>	245
<i>STUD</i>	246
<i>DĚTSKÁ LHAVOST</i>	246
<i>MASTURBACE, ONANIE</i>	246
<i>DUMLÁNÍ PRSTŮ, PALCE AŽ.</i>	246
<i>NESPAVOST A PLÁČ BĚHEM NOCI</i>	247
<i>ŠPATNÉ USÍNÁNÍ</i>	247
<i>LEVÁCTVÍ</i>	248

VII Průběh a léčba nejčastějších one- mocnění dítěte

ONEMOCNĚNÍ NOVOROZENCŮ A MLA- DÝCH KOJENCŮ	249
<i>CELKOVÉ VROZENÉ POŠKOZENÍ VÝVO- JE</i>	249
<i>VROZENÉ VADY VNITŘNÍCH ORGÁNŮ</i>	251
<i>KÝLY A NEDOKONALÝ SESTUP VARLAT</i>	252
<i>RANÁ MOZKOVÁ OBRNA</i>	253
<i>VROZENÉ VYMKNUTÍ KYČELNÍHO KLOU- BU</i>	254
<i>JINÉ VROZENÉ VADY KOSTNÍHO SYSTÉ- MU A ROZŠTĚPY V OBLIČEJÍ</i>	255
<i>VROZENÉ CÉVNÍ NÁDORY NA KŮŽI - HEMANGIOMY</i>	256
<i>TĚŽKÁ ŽLOUTENKA NOVOROZENCE</i>	256
<i>KRVÁCENÍ NOVOROZENCE</i>	257
<i>ZÚŽENÍ DVANÁCTNÍKU</i>	257
<i>PUPEČNÍKOVÁ INFEKCE</i>	257

<i>HNISAVÁ KOŽNÍ ONEMOCNĚNÍ</i>	258
<i>ZÁNĚT OČNÍCH SPOJIVEK</i>	259
<i>SOOR (MOUČNIVKA)</i>	259
<i>NEINFEKČNÍ ONEMOCNĚNÍ KŮŽE</i>	259
Podráždění kůže a opruzení	259
Seborrhoea či mazotok	260
Kojenecký ekzém	260
<i>ONEMOCNĚNÍ DÝCHACÍHO ÚSTROJÍ</i>	261
<i>ZÁNĚT STŘEDNÍHO UCHA</i>	262
<i>PRŮJMOVÁ ONEMOCNĚNÍ</i>	262
NEJČASTĚJŠÍ ONEMOCNĚNÍ STARŠÍCH KOJENCŮ, BATOLAT A PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ	263
<i>ONEMOCNĚNÍ DÝCHACÍCH CEST</i>	263
Tzv. onemocnění z nachlazení	263
Zánět průdušek a zánět plic	264
Zánět hrtanu a průdušnice	264
Léčba onemocnění dýchacích cest	265
Angína	267
Zvětšení tzv. nosní mandle	268
<i>DĚTSKÁ INFEKČNÍ ONEMOCNĚNÍ</i>	268
<i>STŘEVNÍ INFEKCE</i>	271
<i>BOLESTI BŘICHA U DĚTÍ</i>	271
<i>NÁHLÁ BŘIŠNÍ ONEMOCNĚNÍ</i>	272
<i>STŘEVNÍ CIZOPASNÍCI</i>	272
<i>KOŽNÍ ONEMOCNĚNÍ</i>	273
<i>PRŮDUŠKOVÉ ASTMA</i>	274
<i>REVMATICKÉ ONEMOCNĚNÍ</i>	275
<i>KŘEČE</i>	275
<i>VADY ŽRAKU</i>	276
<i>VADY SLUCHU</i>	277
<i>VADY ŘEČI</i>	277
Opoždění vývoje řeči	277
Koktání	278
<i>NOČNÍ POMOČOVÁNÍ</i>	278

<i>PLOCHÉ NOHY</i>	279
<i>VADY DRŽENÍ TĚLA</i>	280
<i>NEJČASTĚJŠÍ ÚRAZY A OTRAVY MALÝCH DĚTÍ</i>	281
<i>PRVNÍ POMOC PŘI ÚRAZECH</i>	282
Umělé dýchání	283
Masáž srdce	284
Zastavení krvácení	284
První pomoc při jiných nehodách a otravách	285
Doporučená literatura k dalšímu studiu	286
Věcný rejstřík	287