

Obsah



Úvod

Zázrak přírody	3
----------------------	---



Těhotenství

Přípravená 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