

# Obsah

Předmluva 8

## **1 PŘÍPRAVA NA DÍTĚ** 9

Příprava domova 10

Významná rozhodnutí 16

Výběr jména 22



## **2 PÉČE O NOVOROZENCE** 23

První reakce 24

Vzhled novorozence 25

Co novorozenec umí 28

Vzájemná vazba 31

### **Vložené skládačky**

Základní péče o novorozence 32

První pomoc 41

Chování a nošení 44

Přebalování 47

Péče o pupečník 52

Péče u obřízky 53

Umývání a koupání 54

Péče o vlasy a nehty 56

Oblékání 57

Návštěvy a pobyt venku 59

Rodičovské starosti 61

## **3 KRMENÍ MIMINKA** 67

Základy krmení 68

Přirozené krmení 72

Kojení dvojčat 76

Překonávání potíží 77

Pomoc při kojení 80

Krmení z láhve 81

## **4 PÉČE O NEDONOŠENÉ DÍTĚ 87**

V nemocnici	88
Doma	94
Krmení a výživa	98
Zdravotní problémy	100
Růst a vývoj	102
Rodičovské problémy	103

## **5 DÍTĚ JEDEN MĚSÍC ZA DRUHÝM 105**

## **6 PŘÍSTUPY K RODIČOVSTVÍ 135**

Jak být rodičem	136
Vliv povahy	138
Partnerské úvahy	140
Od teorie k praxi	142
Rodiče dvojčat	147
Naslouchejte ostatním	149
Podruhé rodiči	151

## **7 SPÁNEK 153**

Spánek a spaní	154
Bezpečný spánek	156
Zvládnutí spánku	159
Dvojčata	163
Problémy se spánkem	164

## **8 PLÁČ A CO S NÍM 169**

Záměrný pláč	170
Reakce na pláč	173
Kolika	177

## **9 PÉČE O STARŠÍ DÍTĚ 183**

Očekávání změny	184
Budování vztahu	186
Čisté dítě	190
Péče o kůži, vlasy a nehty	194
Péče o zuby	198
Krmení	205
Oděv a oblékání	207
Spánek	211
Mimo domov	213
Nácvik toalety	219

## **10 KRMENÍ STARŠÍHO DÍTĚTE 223**

Příprava na odstavení	224
Zavádění pevné stravy	225
Rozšiřování menu	230
Rodinné stolování	238
Jeden rok	240
Dva a více let	244
Recepty	
První strava	250
Snídaně	252
Oběd	254
Večeře	259
Moučníky a koláče	266



<b>11 KOMUNIKACE S ROSTOUCÍM DÍTĚTEM</b>	<b>269</b>
Vytváření láskyplného vztahu	270
Jak se dítě vyvíjí	272
Hraní s dítětem	281
Disciplína	289
Podpora samostatnosti a družnosti	301

<b>12 PÉČE O ZDRAVÍ DÍTĚTE</b>	<b>305</b>
Rodičovské priority	306
Bezpečnost	308
Domov bezpečný pro děti	311
Bezpečnost mimo domov	320
Zdravotní prohlídky	324
Obavy o správný vývoj	331
Podpora zdraví	336
Nemocné dítě	339
Dětské nemoci	344

<b>13 PÉČE O DÍTĚ SE ZVLÁŠTNÍMI POTŘEBAMI</b>	<b>361</b>
Zvláštní výzvy	362
Porodní zranění	368
Nevýznamné problémy při narození	369
Vady zjištěné při narození	371
Chronické stavy	374
Růstové grafy	380
Rejstřík	384
Užitečné adresy	391
Poděkování	392



### **SPOLUAUTOŘI**

**A. J. R. Waterston, MD, FRCP, FRCPCH, DRCOG, DCH**

Konzultant pro pediatrii a odborný asistent na univerzitě v Newcastlu

**Penny Preston MD, ChB, MRCP**

Původně praktický lékař zaměřený na zdraví a vývoj dětí, nyní se plně věnuje psaní

**H.A. Raucher, MD**

Praxi vykonávající pediatr a profesor pediatrie na Mount Sinai School of Medicine

**Clare Meynell, RM**

Laktační konzultant s mezinárodním certifikátem

**Alison Blenkinsop, RM DipHE IBCLC**

Media Liaison, laktační konzultant pro Velkou Británii

**June Thompson, RGN, RM, RHV**

Nezávislý publikující zdravotní pracovník

**Nicola Graimes**

Odborník na výživu a autor knih o zdravé výživě dětí