

O b s a h

Předmluva	5
1. Péče o těhotenství	7
Životospráva v těhotenství. Péče o chrup	7
Vhodné oblečení pro těhotnou ženu	10
Péče o tělesnou čistotu. Duševní klád. Pobyť na čerstvém vzduchu	13
Obtíže v těhotenství	16
Návštěva u lékaře	19
Je možno určit den porodu?	21
Bude to chlapec nebo děvče?	21
Příprava pro novorozeně	22
2. Porod	23
Porod doma	23
Porod na porodnickém oddělení	25
3. Po porodu	26
Moudré rady	26
Čerstvý vzduch — čistota — pravidelnost	27
Výživa dítěte	37
Kojení	37
Nesnáze při kojení	38
Umělá výživa dítěte od narození	41
Jídelníček	44
Nesnáze v prvním roce	46
Vrozené vykloubení	46
Slabé dítě	47
Křivice	47
Dítě má stále rýmu	48
Péče o nedonošené dítě	49
Vřídky na kůži	50
4. Dítě nad 1 rok	50
Výživa dítěte po 1. roce	50
Oblek dítěte po prvním roce	53
Spánek dítěte po prvním roce	55
Koupání dětí po prvním roce	56
Otužování dětí po prvním roce	56
Očkování dětí proti nemocem	56
Dítěti se kazí mléčné zuby	57
Noční pomočování dětí	58
Špatné držení těla	58
Nechutenství dětí nad jeden rok	59