

# 101 PRAKTICKÝCH RAD

STRANY 8–12

## JAK DÍTĚ POCHOVAT

- 1 ..... Uchopení dítěte
- 2 ..... Bezpečně položit
- 3 ..... Pochovejte si
- 4 ..... Na rameni
- 5 ..... Na boku
- 6 ..... První cviky
- 7 ..... Hopsadla, chodítka, sedačky
- 8 ..... Nošení dítěte v závěsu

STRANY 13–22

## STAROSTI S PLENAMI

- 9 ..... Výměna plen
- 10 ..... Pleny na jedno použití
- 11 ..... Druhy jednorázových plen
- 12 ..... Co jsou to textilní pleny?
- 13 ..... Kontrola obsahu plenky
- 14 ..... Prevence opruzenin
- 15 ..... Ošetření opruzenin
- 16 ..... Výměna jednorázových plenek
- 17 ..... Myjeme holčičku
- 18 ..... Myjeme chlapečka
- 19 ..... Skládání plenek

- 20 ..... Trojnásobné složení
- 21 ..... Skládání do tvaru draka
- 22 ..... Hygienické praní plen

STRANY 23–28

## KOUPEME DĚTÁTKO

- 23 ..... Co na koupání potřebujete
- 24 ..... Koupání novorozence
- 25 ..... Koupel ve velké vaně
- 26 ..... Mytí vlasů bez slziček
- 27 ..... Bezpečná koupel
- 28 ..... Omývání houbou
- 29 ..... Poprvé stříháme nehty
- 30 ..... První zoubky a péče o dásně



## OBLÉKÁNÍ A SVLÉKÁNÍ

- 31 .....Základní domácí oblečení  
32 .....Rozměry oblečení  
33 .....Oblékání nátělníčku  
34 .....Svlékání nátělníčku  
35 .....Oblékání dupáček  
36 .....Svlékání dupáček

## KOJENÍ

- 37 .....Pohodlně se usadíte  
38 .....Začátek kojení  
39 .....Dostatek mléka  
40 .....Přeložte dítě během kojení  
41 .....Samovolné odtékání mléka  
42 .....Zanícené bradavky  
43 .....Odsávání mléka ručně  
44 .....Odsávání mléka pumpičkou  
45 .....Režim prvního roku kojení



## KRMENÍ Z LÁHVE

- 46 .....Potřeby ke krmení z láhve  
47 .....Mytí a sterilizování nádobí  
48 .....Režim krmení z láhve  
49 .....Příprava výživy ze suché formule  
50 .....Správné uložení mléka  
51 .....Příprava láhve  
52 .....Krmení z láhve  
53 .....Nechce se pustit?  
54 .....Usnulo vám při krmení?  
55 .....Přechod od kojení ke krmení z láhve  
56 .....Říhnutí

## PRVNÍ JÍDLA

- 57 .....První nádobí a slintáčky  
58 .....Vysoká židlička  
59 .....První jídla pro 4–6 měsíců staré děti  
60 .....První jídla pro 6–8 měsíců staré děti  
61 .....První jídla pro 8–9 měsíců staré děti  
62 .....Jídla pro 10–12 měsíců staré děti  
63 .....Nevhodná strava  
64 .....Krmení lžičkou  
65 .....Plán odvykání kojení  
66 .....Hotové dětské pokrmy  
67 .....Jak pomoci dítěti se nakrmit  
68 .....Kontrola množství  
69 .....Krmení mlsálek

## VYCHÁZKY S DÍTĚTEM

- 70 .....Výběr oblečení na ven  
71 .....Proti prochlazení  
72 .....Výběr kočárku  
73 .....Výběr sedačky do auta  
74 .....Bezpečnostní opatření v autě  
75 .....Obsah tašky na přebalování  
76 .....Nosítka  
77 .....Na kole

## SPÁNEK A POHODLÍ

- 78 .....Výběr postýlky  
79 .....Přikrytí  
80 .....Dětský monitor  
81 .....Stimulující a uklidňující hračky  
82 .....Vhodné rady pro zdravý spánek  
83 .....Jak dlouho potřebuje děťátko spát?  
84 .....Zavinování před spaním  
85 .....Uspávání  
86 .....Kdy brát děťátko do postele  
87 .....Vstává časné ráno?  
88 .....Zaveďte ukládací režim  
89 .....Návyk budit se na jídlo  
90 .....V noci se stále budí



- 91 .....Denní a noční spánek  
92 .....Proč děti pláčou a jak je uklidnit  
93 .....Jak utišit a uklidnit novorozence  
94 .....Bolesti břicha

## ZDRAVÍ A BEZPEČNOST DÍTĚTE

- 95 .....Měření teploty  
96 .....Léky  
97 .....Mazotokový zánět pokožky hlavičky  
98 .....Zalepené oči  
99 .....Kdy k lékaři  
100 .....Bezpečnost  
101 .....Učení a vývoj

