

OBSAH

ÚVOD	6	Odstavování	94
		Nejlepší strava pro vaše dítě	96
ROZHODUJETE SE, ZDA BUDETE RODIČI	9	S dítětem venku	98
Měnící se rodina	10	Ošetřování nemocného dítěte	100
Proč být rodič?	12	Neodkladná první pomoc	102
Správné načasování	14	Postižené dítě	104
PŘÍPRAVA NA RODIČOVSTVÍ	17	JAK SE PŘÍZPŮSOBIT RODIČOVSTVÍ	107
Plánování těhotenství	18	Jak pomáhat jeden druhému	108
Početí	20	Naučit se ovládat	110
Přízpůsobit se těhotenství	22	Nálady „pod psa“	112
Tatínek v očekávání	24	Volný čas	114
Možnosti předporodní péče	26	Sex a rodičovství	116
Předporodní péče	28	Váš nový svět	118
Postup těhotenství	30	Osamělá matka	120
Riziková těhotenství	32	Náhradní rodina	122
Pečujte sama o sebe	34		
VÁŠE PRVNÍ DÍTĚ, VÁŠ NOVÝ ŽIVOT	39	VÝVOJ VAŠEHO DÍTĚTE	125
Bližící se porod	40	Jak se dítě vyvíjí	126
Co se děje během porodu	42	Rozdíly mezi chlapci a dívkami	128
Porod dítěte	44	Růst dítěte	130
Po porodu	46	Vývoj dítěte 0.–1. měsíc	134
Zvláštní porody	48	Vývoj dítěte 1.–2. měsíc	135
První den	52	Vývoj dítěte 2.–3. měsíc	136
Jak si zvyknout na rodičovství	54	Vývoj dítěte 3.–4. měsíc	137
Novorozenec	56	Vývoj dítěte 4.–5. měsíc	138
Zvláštní péče o dítě	58	Vývoj dítěte 5.–6. měsíc	139
Vy a vaše tělo	60	Vývoj dítěte 6.–7. měsíc	140
		Vývoj dítěte 7.–8. měsíc	141
		Vývoj dítěte 8.–9. měsíc	142
		Vývoj dítěte 9.–10. měsíc	143
		Vývoj dítěte 10.–11. měsíc	144
		Vývoj dítěte 11.–12. měsíc	145
PEČUJETE O DÍTĚ	65	NÁVRAT DO ZAMĚSTNÁNÍ	147
První týden	66	Zaměstnání a rodičovství	148
Výbava	68	Péče o dítě	150
Kojení	70	Doba vyhrazená dítěti	152
Umělá výživa	74	Otcové doma	154
Pleny	76	Pohled do budoucnosti	156
Udržujte své dítě v čistotě	78	UŽITEČNÉ INFORMACE	160
Koupání staršího dítěte	80	UŽITEČNÉ ADRESY	162
Oblékání dítěte	82	REJSTŘÍK	163
Když vaše dítě spí	84		
Když dítě pláče	88		
Dotek a masáž	92		