

Obsah

Předmluva	7
Poděkování	8
Poznámka autora	9
Úvod	11
I – Základní informace	13
II – Mohu mít dítě?	28
III – Prekoncepční péče	51
IV – Ukončení antikoncepce	75
V – Hlavní je správné načasování: Určování ovulace	84
VI – Tělesná hmotnost a fyzická aktivita	104
VII – Výživa	132
VIII – Úloha muže při snahách o včasné početí	152
IX – Sex a plodnost	172
X – Boj s časem: Těhotenství po pětatřicítce	180
XI – Volba pohlaví dítěte	193
XII – Když příroda potřebuje pomoc: Co očekávat od specialistů na léčbu neplodnosti?	208
Příloha A: Tříměsíční předtěhotenský rozvrh	224
Příloha B: Informace k dietě na ovlivnění pohlaví dítěte	229
Slovníček	234
Zdroje informací	237
Rejstřík	239