

OBSAH

Předmluva	5
---------------------	---

ČÁST PRVNÍ

Stručně o vývoji dítěte	9
Dědičnost a prostředí	9
Období nitroděložního života	10
Novorozenecké období, 1. měsíc života	11
Kojenecké období, 2.—12. měsíc života	11
Období věku batolat a předškolních dětí	13
Stručně o tom, co dítě ke zdravému vývoji potřebuje	15
Obecné zásady výchovné péče	15
Péče o dítě v období nitroděložního života	17
Novorozenecké období	18
Kojenecké období	18
Výchovná a hygienická péče	18
Odívání	20
Výživa	20
Zdravotní péče	21
Období věku batolat a předškolních dětí	22
Výchovná a hygienická péče	22
Odívání	25
Výživa	25
Zdravotní péče	26
Stručně o jeslích a mateřských školách	27
Péče o dítě a její výsledky v minulosti a dnes	28

ČÁST DRUHÁ

Kapitola pro budoucí rodiče	33
O vývoji dítěte a péči o jeho zdraví v době před narozením	33
Vyšetření rodičů před početím dítěte	34
Prenatální ženská poradna	35
Životospráva těhotné ženy	35
Odívání těhotných žen	36
Porod	37
Kapitola pro rodiče nejmladších dětí	40
Charakteristika novorozeneckého období	40
Tělesný vývoj novorozence	41
Váha a délka	41
Vzhled novorozence	41
Kůže novorozence, novorozenecká žloutenka	43

Vlasy a oči	43
Projevy novorozence	43
Hlavní zásady výchovné péče o novorozence	44
Prostředí kolem novorozence	46
Péče o tělesnou čistotu	47
Koupání novorozence a malého kojence	47
Omývání po stolici	49
Opruzení	49
Péče o nehty	50
Pobyt na čerstvém vzduchu	50
Význam pobytu venku	50
Kočárek	51
Výživa	51
Výhody přirozené výživy	51
Příprava matky ke kojení	52
Začátky kojení	53
Technika kojení	54
Kojení přes klobouček	55
Vyprázdnění prsu	55
Pravidelnost kojení	55
Množství mateřského mléka, jeho zjišťování a příznaky jeho nedostatku	56
Jak zajistit co nejdélní trvání kojení	56
Postup při nedostatku mateřského mléka	57
Doplňky výživy novorozence	58
Zánět prsu	58
Odívání	59
Výbavička novorozence	59
Požadavky na oblékání novorozence	62
Způsob oblékání	63
Praní plen a dětského prádélka	63
Nejčastější starosti rodičů novorozeneckých dětí	64
Křik dětí	64
Škytavka	65
Blinkání a zvracení	66
Fúnivé a chrčivé dýchání	66
Zácpa	66
Stroupky ve vlasech	67
Šikmé záhlaví	67
Nezhojená pupeční jizva	67
Preventivní péče o novorozence	68
Úkoly preventivní péče	68
Dětské poradny	68
Očkování	69
Ochrana před infekcí	70
Nejčastější onemocnění novorozenců	71
Onemocnění související s porodem	71
Těžká žloutenka	71
Hnisavá kožní onemocnění	71
Průjmová onemocnění	72
Onemocnění dýchacích cest	72
Závažné chorobné příznaky v novorozeneckém období	73
Nedonošený novorozenec	73

O dětech v prvním roce života	77
Stručná charakteristika kojeneckého období	77
Tělesný vývoj kojence	78
Znaky dobrého tělesného zdraví	78
Váha dítěte	78
Sledování váhy dítěte a záznam o váhovém vývoji	81
Tělesná délka (výška)	83
Vzájemný poměr jednotlivých částí těla	83
Kůže, vlasy a oči	83
Prořezávání prvních zoubků	84
Slepení předkožky u chlapců	84
Projevy dětí v průběhu 1. roku života	85
První čtvrtletí	85
Druhé čtvrtletí	85
Třetí čtvrtletí	89
Čtvrté čtvrtletí	89
Rozdíly v projevech různých dětí	90
Výchovná péče o kojence	90
Úkoly péče o kojence	90
Vztah vychovatelů k dítěti	91
Denní rozvrh dítěte	92
Význam pravidelného střídání spánku a bdění	92
Příklad denního rozvrhu dítěte 2—6měsíčního	94
Příklad denního rozvrhu dítěte 7—9měsíčního	95
Příklad denního rozvrhu dítěte 10—12měsíčního	95
Uspořádání spánku	96
Význam pohybů v kojeneckém věku	97
Jak rozvíjíme pohybové schopnosti, hru, chování a řeč dítěte v 1. roce života	99
První čtvrtletí života	99
Druhé čtvrtletí života	102
Třetí a čtvrté čtvrtletí života	104
Péče o tělesnou čistotu	110
Koupel	110
Přebalování	111
Čistota rukou	111
Návyky vyprazdňování	111
Výživa kojenců	112
Obecné zásady	112
Výživa ve 2.—3. měsíci	113
Přidavky ke kojení	115
Nedostatek mateřského mléka	116
Náhrada mateřského mléka	117
Přípravky ze sušeného kravského mléka	117
Způsob krmení smíšené a umělé živých dětí ve 2. a 3. měsíci	118
Výživa ve 4.—5. měsíci	119
Výživa v 6.—8. měsíci	121
Výživa v 9.—12. měsíci	121
Výchova ke správnému vztahu dítěte k jídlu	122
Příprava pokrmů pro kojence	125
Příprava mléka ze sušených výrobků	125
Návod na přípravu mléka ze sušených výrobků	126
Čištění nádobí, v němž připravujeme mléko pro kojence	126
Příprava ovocných a zeleninových šťáv pro kojence	127

Příprava zeleninového předkrmu	127
Příprava zeleninové polévky	127
Příprava zeleninové polévky s masem	128
Příprava obilovinové kaše	128
Příprava krupičné kaše pro kojence	128
Čerstvý vzduch a slunce	128
Pobyt venku	128
Slunění	131
Pobyt na venkově	131
Odívání kojenců	131
Zásady obléčení kojenců	131
Plenkové kalhotky	132
Doplnění výbavičky kojenců	134
Nejčastější chyby, které se v péči o kojence vyskytují	136
Preventivní péče o kojence	137
Docházka do poradny	138
Očkování	138
Gamaglobulin	139
Ochrana před stykem s infekcí	139
Ochrana před úrazy	140
Onemocnění v kojeneckém období	140
První příznaky onemocnění kojenců	140
Vyšetření nemocného kojence	141
Péče o nemocného kojence	142
Onemocnění dýchacího ústrojí	143
Zánět středního ucha	144
Průjemová onemocnění	144
Kožní hnisavá onemocnění	145
Kojenecký ekzém	145
Dětská nakažlivá onemocnění	145
Vrozené vykloubení kyčelního kloubu	146
Vývoj nedonošených dětí v 1. roce života a péče o jejich zdraví	147
Děti od jednoho do šesti let	149
Tělesný vývoj dítěte	149
Váha a výška	149
Změny v tělesném vzhledu dítěte	151
Kontroly tělesného vývoje dítěte	153
Dětský chrup	153
Vývoj chování dětí v prvním až šestém roce	154
Základní rysy duševního vývoje	154
Dovednosti dítěte v prvním až třetím roce	157
Chování dětí čtyř až šestiletých	158
Individuální rozdíly v chování dětí	159
Výchova dětí od jednoho do šesti let	160
Cíle výchovy	160
Citový postoj k dítěti	160
Vliv prostředí na vývoj dítěte	161
Přiměřené zaměstnání dítěte	163
Příklad dospělých	164
Poslušnost dítěte	165
Odměny a pochvaly	165
Tresty	166
Sourozenci v rodině	167

Děti a prarodiče	169
Zaměstnání dítěte v průběhu dne	170
Pravidelný denní rozvrh	170
Hra dítěte	170
Hračky	178
Kreslení a modelování	178
Knihy, říkanky, pohádky, písničky	179
Maňásky a loutkové scény	180
Divadlo, rozhlas, televize, film	180
Pobyt dítěte venku	180
Pohybová a tělesná výchova	184
Nejčastější poruchy v chování dítěte	189
Záchvaty zlosti	190
Upoutávání pozornosti	190
Častý pláč	191
Strach dítěte	191
Stud	191
Dětská lhavost	191
Masturbace, onanie	192
Dumlání prstů a palce	192
Poruchy ve vývoji řeči	192
Leváctví	193
Spánek	194
Uspořádání spánku	194
Ukládání dítěte ke spánku	195
Denní spánek	195
Nespavost a pláč během noci	196
Špatné usínání	196
Noční pomočování	196
Noční děsy	197
Péče o tělesnou čistotu	197
Koupel	197
Denní umývání	199
Péče o nehty a vlasy	199
Čistota nosu	202
Čištění zubů	202
Čistota oblečení	202
Hygienické návyky	203
Zácpa	203
Odivání	204
Požadavky na oblékání batolat a předškolních dětí	204
Výbavička batolat	205
Oblečení předškolních dětí	208
Výživa	211
Základní živiny	211
Hlavní potraviny	212
Denní rozvržení jídla	214
Vytváření správných návyků a dobrého vztahu k jídlu	215
Nechutenství	216
Loudání při jídle	218
Příklad jídelníčku pro děti začátkem 2. roku	219
Příklad jídelníčku pro děti ve 2.—6. roce	219
Připomínky k přípravě stravy	220

Preventivní péče o zdraví dítěte	221
Obsah preventivní péče	221
Otužování	221
Očkování	222
Ochrana před infekcí	223
Dětské úrazy a ochrana před nimi	226
První pomoc při úrazech	227
Nejčastější onemocnění u batolat a předškolních dětí	228
Příznaky akutních onemocnění	228
Péče o nemocné dítě	228
Přehled nejčastějších dětských chorob	230
Dětská nakažlivá onemocnění	230
Průjemová onemocnění	232
Akutní onemocnění dýchacích cest	232
Chronická onemocnění dýchacích cest	232
Kožní onemocnění	233
Střevní cizopasnici	234
Náhlá břišní onemocnění	234
Záchvaty křečí a bezvědomí	235
Revmatismus	235
Astma	236

ČÁST TŘETÍ

Zdravotnická a výchovná zařízení pro děti útlého věku	237
Zásady zdravotní péče o děti	237
Organizace zdravotní péče o děti	238
Výchovná kolektivní zařízení pro děti předškolního věku	239
Význam kolektivních zařízení pro děti	239
Kojenecké ústavy	241
Dětské domovy pro děti od 1 do 3 let	242
Jesle	243
Mateřské školy	247
Dětské útulky na vesnici	251
Seznam doporučené literatury	259
Věcný rejstřík	260