

OBSAH

Kapitola 1 Zjištění těhotenství, péče o matku a dítě v těhotenství	7
Otěhotnění	8
Příznaky těhotenství	9
Péče v těhotenství	14
Životospráva v těhotenství	26
Předporodní kurzy	36
Kapitola 2 Průběh těhotenství a změny v něm, vývoj dítěte	37
1. trimestr	38
2. trimestr	42
3. trimestr	47
Pocity spojené s těhotenstvím	52
Změny v partnerském vztahu	54
Sex v těhotenství	55
Kapitola 3 Problémy v těhotenství a podpora matky	57
Zdravotní problémy	58
Sociální problémy	84
Podpora partnera	90
Podpora rodiny a okolí	94
Vztah se sourozenci	95
Kapitola 4 Příprava na porod, potřeby pro matku a dítě	97
Potřeby pro dítě a matku	98
Dětský lékař	105
Porodnice	106
Věci do porodnice	111
Kojení	114
Kapitola 5 Porod a narození dítěte	119
Jak získat dobrou zkušenost s porodem?	120
Znaky blížícího se porodu	128
Porod – porodní doby	138
Kapitola 6 Šestinedělí a první týdny dítěte	145
První dny s dítětem po porodu v porodnici	146
Po příchodu domů	160
Lékařské prohlídky, očkování	169
Poporodní deprese	177
Kapitola 7 Když je něco trochu jinak	179
Když se těhotenství nedaří, tak jak má	180
Když se porod nedaří, jak má	191
Děti vyžadující zvláštní péči	202
Nechtěné těhotenství	208
Slovníček pojmů	214
Kde hledat pomoc a podporu?	218
Kontakty na specifické linky a poradny	220
Příloha Jak roste miminko v děloze?	221