

# Obsah

## Tehotenstvo a pôrod 8-73

|                           |    |                         |    |
|---------------------------|----|-------------------------|----|
| Plánovanie tehotenstva    | 10 | Strava pre zdravé dieťa | 50 |
| Tehotenský kalendár       | 12 | Praktické prípravy      | 54 |
| Predpôrodná starostlivosť | 32 | Pôrod                   | 56 |
| Bežné problémy            | 40 | Novorodenec             | 68 |
| Ako sa udržiavať vo forme | 43 | Návrat do normálu       | 71 |

## Starostlivosť o dieťa 74-177

|                              |     |                             |     |
|------------------------------|-----|-----------------------------|-----|
| Prvé týždne života           | 76  | Keď musíte odísť od dieťaťa | 160 |
| Zaobchádzanie s dieťaťom     | 82  | Rast a vývoj                | 162 |
| Krímenie dieťaťa             | 87  | Vytváranie osobnosti        | 174 |
| Dojčenie                     | 90  |                             |     |
| Krímenie z fľaše             | 98  |                             |     |
| Zavádzanie nemliečnej stravy | 108 |                             |     |
| Plač dieťaťa                 | 117 |                             |     |
| Spánok                       | 120 |                             |     |
| Odev a obliekanie            | 128 |                             |     |
| Kúpanie a umývanie dieťaťa   | 134 |                             |     |
| Plienky a starostlivosť o ne | 146 |                             |     |
| Po bvt vonku                 | 156 |                             |     |

## **Zdravie dieťaťa            178 - 253**

|                                   |            |                 |            |
|-----------------------------------|------------|-----------------|------------|
| Prvé tri mesiace                  | <b>180</b> | Prvá pomoc      | <b>237</b> |
| Sprievodca diagnostikou           | <b>186</b> | Rastové grafy   | <b>254</b> |
| Prvé príznaky choroby             | <b>188</b> |                 |            |
| Dieťa ide do nemocnice            | <b>191</b> |                 |            |
| Dieťa má horúčku                  | <b>192</b> | Užitočné adresy | <b>258</b> |
| Všetko o liekoch                  | <b>195</b> | Register        | <b>259</b> |
| Opatera chorého dieťaťa           | <b>198</b> | Podakovanie     | <b>264</b> |
| Nádcha a chrípka                  | <b>200</b> |                 |            |
| Očkovanie                         | <b>202</b> |                 |            |
| Infekčné choroby                  | <b>203</b> |                 |            |
| Očné choroby                      | <b>209</b> |                 |            |
| Ušné choroby                      | <b>211</b> |                 |            |
| Infekcie v ústach                 | <b>213</b> |                 |            |
| Infekcie hrdla                    | <b>214</b> |                 |            |
| Kašeľ a zápaly dýchacích ciest    | <b>215</b> |                 |            |
| Bolesti brucha                    | <b>220</b> |                 |            |
| Zápcha, vracanie a hnačka         | <b>221</b> |                 |            |
| Choroby močovo-pohlavného systému | <b>224</b> |                 |            |
| Kožné choroby                     | <b>226</b> |                 |            |
| Epilepsia                         | <b>233</b> |                 |            |
| Bezpečnosť dieťaťa                | <b>234</b> |                 |            |