



A DORLING KINDERSLEY BOOK
London, New York, Melbourne, Munich, and Delhi

See DK complete catalogue at
www.dk.com

Dr Carol Cooper & Katy Hymas
Twins

First published in Great Britain in 2012
by Dorling Kindersley Limited
90 Strand, London WC2R 0RL
A Penguin Group (UK)

Copyright © 2012 by Dorling Kindersley Limited, London
Text copyright © 2012 by Carol Cooper and Katy Hymas
Translation © 2013 by Kateřina Orlová

ISBN 978-80-249-2102-0

Z anglického originálu Twins, vydaného nakladatelstvím
Dorling Kindersley Limited v Londýně v roce 2012,
přeložila MUDr. Kateřina Orlová
Obálku upravila Jana Štastná
Redigovala Kateřina Janošková
Odpovědná redaktorka Květuše Hrachová
Technická redaktorka Martina Adlová
Počet stran 128
Vydala Euromedia Group, k. s. – Ikar, Nádražní 32,
150 00 Praha 5, v roce 2013 jako svou 6690. publikaci
Sazba TypoText, s. r. o.
Tisk TBB, a. s., Banská Bystrica
Vydání první

Naše knihy na trh dodává Euromedia – knižní distribuce,
Nádražní 32, 150 00 Praha 5
Zelená linka: 800 103 203
Tel.: 296 536 111
Fax: 296 536 246
objednavky-vo@euromedia.cz

Knihy lze zakoupit v internetovém knihkupectví
www.bux.cz

Obsah

ÚVOD 6

TĚHOTENSTVÍ

- Zhává novinka 10
- Dvojčata bez záhad 12
- Výživa 14
- Pohyb 16
- Tělesné změny 20
- Vývoj plodu 24
- Prenatální poradna a vyšetření 28
- Běžné potíže 32
- Možné komplikace 36

PŘÍPRAVA NA PŘÍCHOD DĚTÍ

- Taška do porodnice 40
- Co nakoupit 42
- Předporodní kurzy 46
- Emoční příprava 48
- Těhotenství a práce 50



POROD A NAROZENÍ

Porod: Holá fakta 54

Porodní plán 58

Nedonošenci 60

Prostředí porodnice 62

Poloha dvojčat 64

Tlumení bolesti 66

Vaginální porod 68

Císařský řez 70

PŘÍCHOD DĚTÍ

Novorozenci 76

Vytváření pouta 78

Krmení dvojčat 80

Praktická pomoc 86

Jednotka specializované péče
o novorozence 88

Pocity novopečené matky 90

PRVNÍ ROK ŽIVOTA

Vývoj kojence 94

Vztahy s dětmi a partnerem 98

Oblékání 102

Koupání a přebalování 104

Spánek 106

Pláč 110

Doma 112

Výlety a dovolené 114

Odstavení 116

Zdravá miminka 120

První narozeniny 122

UŽITEČNÉ ADRESY 124

REJSTŘÍK 125

PODĚKOVÁNÍ 128

