

Obsah

Kids.Doc – naozaj detsky, prosím	10
» Viac informácií pre rodičov starších detí	11
Do úst, do brucha – a von...	13
Tajomstvo dobrej stravy pre deti	14
» Zdravá strava pre deti? Je to možné?	15
» Za každú cenu dojesť?	19
» Varechový špeciál: Aký typ jedáka je vaše dieťa?	27
Potraviny – neznášanlivosť alebo predsa len alergia?	32
» Čo presne je alergia a čo intolerancia?	32
Črevné ťažkosti: Téma, o ktorej sa nehovorí?	41
» Von to ide normálne?	42
» Nejde to – zápcha	43
» Riedka stolica – akútna alebo chronická hnačka?	47
S vypätím všetkých síl: vývoj a rast	53
Ako sú na tom pohybovo?	54
» Od neposednosti k smelému voľnému štýlu: precvičovanie motoriky	55
» Sleduj a napodobni – pohyb a vnímanie	66
Viac než len nemehlo – poruchy motorického vývoja	72
Každý deň o niečo väčšie	75
» Bolesti môžu byť aj varovným signálom	77
» Obor a Palček – príliš malé a príliš veľké deti	79
Ešte mu ujde? No a?	81
Psychické problémy, veľké city a účinná útecha	85
Veľká záťaž pre detskú dušu	86
» Prežívať svoje pocity a rozumieť im	87
Kto si a aké označenie ťa vystihuje?	93
» Ako na inej planéte – neurodiverzita	97

Poskytnúť útechu	108
» Ako sa s deťmi rozprávať o smrti?	111
Problémy so spánkom	114
» Potrebujú ešte staršie deti popoludňajší spánok?	115
» Podpora pri zaspávaní je dôležitá	116
Strach – berte ho vážne, prosím vás	119
Keď duša potrebuje pohľadiť...	121
Zneužívanie: prevencia je lepšia ako tabuizovanie	124
» Osveta a dôvera ako prevencia	124
» Podporiť sebavedomé odmietnutie	127
» Ako rozpoznať varovné signály	128
Každodenné spolužitie	131
Výchova – bude to aj iné	132
Moje telo – ako sa oň starať?	133
» Jemná starostlivosť pre staršie deti	135
» Kýve sa mi prvý zub – čo teraz?	138
Výchova pomôže zorientovať sa	141
» Zóna bez trestov: ako spolunažívať v mieri	142
Hádky, hry a stratené ponožky – každodenné problémy	151
» Rodičia sa postarajú deťom o trvalé spomienky	151
» Nové detské šaty – móda pre pokročilých	155
» Moje dieťa a digitálny svet	157
Súrodenecké hádky: riešenie konfliktov pre pokročilých	164
Hurá: máme škôlkara	167
Škôlka – všetko je nové	168
» Adaptačné obdobie – odpútať sa a zvyknúť si	169
Deň v škôlke je hračka	176
» Stále choré! Kedy sa to skončí?	177
» Moje dieťa a druhé deti	179
» Musí to tak byť? Obavy a problémy	181

Čarovné slovíčka – vývoj reči	188
» Rečové chyby a poruchy vývoja reči	189
Štrbavé zuby a prechody – predškolské obdobie	190
» Štrbavá puberta: Naozaj existuje?	191
Školská zrelosť a školská pripravenosť	193
 Veľkí malí školáci	199
Základná škola je výzva	200
» Z pieskoviska na školský dvor	200
» Kornút so sladkosťami pre štrbavé tigre – začala sa škola	201
» Učiť sa znamená rásť – a ako sa to naučiť?	203
» Problémy a stres zo školy	210
» Dovoľte dieťaťu, nech sa osamostatní – bezpečne	218
 Ďalšia úroveň: Ahoj, predpuberta!	221
Deti v prechode – ani ryba, ani rak	222
» Otvorene a úprimne – telesné zmeny	224
» Keď sa z dievčaťa stáva žena	226
» Keď sa z chlapca stáva muž	229
 Lekárske vedomosti	233
Ako pomôcť malým pacientom?	234
» Ísť k lekárovi alebo liečiť dieťa doma?	234
Podpora zdravia, posilnenie imunitného systému	237
» Posilňovať imunitný systém vitamínmi?	237
» Malé pichnutie s veľkým účinkom: očkovanie	238
Najčastejšie detské choroby	240
» Trojdňová horúčka	240
» Febrilné krče	241
» Prechladnutie (chrípková infekcia)	242
» Chrípka (influenza)	243
» Siedma choroba (ruky, nohy, ústa)	244
» Črevná infekcia	245

» Šarlach	245
» Pseudokrup	246
» Nie sú to detské choroby, ale otravní spoločníci	247
Čas lieči – choré dieťa doma	251
Dobre sa vyzbrojte – od náplasti po čarovný nápoj	253
» Domáce lieky	254
» Čo robiť v prípade núdze?	254
» Nebezpečenstvo otravy: rastliny a lieky	257
» Zlomeniny detských kostí	259
» Kdeže tvrdá palica – otras mozgu	260
» Popáleniny a opareniny	261
 Podakovanie	264
Zoznam použitej literatúry	265
Odporúčaná literatúra	266
Užitočné internetové adresy	267
Viac od Kids.Doca	268
Register	269