

Obsah

Předmluva k šestému vydání	18
Představení autorů	19
Poděkování aneb jak kniha vznikala... ..	25
Úvod	35
Hodnoty současného porodnictví	37
Co má společného Josef Hlávka s českým porodnictvím?	38

1 PLÁNOVÁNÍ TĚHOTENSTVÍ 55

Co je plánované rodičovství	56
Co jsou plodné a neplodné dny.....	57
Deset inteligentních kroků, které připraví vašemu dítěti úspěšný start do života... ..	58
Očkování v průběhu těhotenství	60
Zdravotní stav rodičů	64
Genetické poradenství.....	66
Proč preventivní vyšetření gynekologem před těhotenstvím?	67
Životní styl aneb příprava na těhotenství.....	69
Životní styl a zdraví	71
Chlapec, nebo děvče?	74
Menstruační cyklus	76
Otěhotnění.....	78
Příznaky těhotenství	80
Průkaz těhotenství	81

2 PRŮBĚH TĚHOTENSTVÍ 85

Těhotenská matematika	86
Zásady péče o těhotné ženy v České republice.....	90
Prožité sexuální a domácí násilí.....	96
Počátek těhotenství do 4. týdne	102
4. týden.....	104
5. týden.....	106
6. týden.....	108
7. týden	111
8. týden.....	116
9. týden.....	118
10. týden.....	120
3. měsíc těhotenství	123

4. měsíc těhotenství	129
5. měsíc těhotenství	133
6. měsíc těhotenství	137
7. měsíc těhotenství	141
8. měsíc těhotenství	145
9. měsíc těhotenství	149
Termín porodu	151
Prenatální diagnostika	154
Embryologický atlas aneb takoví jsme byli... ..	167
Ultrazvukové vyšetření	178
Co znamená orální glukózový toleranční test neboli oGTT	180
Vyšetření krevní skupiny »Rh minus«	181
Poslech srdečních ozev plodu	183
Výživa těhotných	185
O jídle, výživě a radosti ze stravování podle Ambiente	197
Čokoláda v těhotenství, nejen potěšení, ale i podpora zdraví	201
Poruchy příjmu potravy v těhotenství a při porodu	204
Sport a těhotenství	207
Speciální cvičení pro těhotné	214
Cvičení v I. trimestru	215
Cvičení ve II. trimestru	222
Cvičení ve III. trimestru	228
Spánek těhotné	234
Sex v těhotenství	238
Léky v těhotenství	248
Bezpečnost těhotných žen v silničním provozu	269
Pásy pro nastávající maminky? ANO!	271
CVAK! A je to. Právě jste si zapnula bezpečnostní pás	275
Cestování těhotné ženy v automobilu - mýty a pověry	278
Cestování těhotných letadlem	279
Obezita a těhotenství	281
Hypertenze v těhotenství	283
Diabetes mellitus a těhotenství	288
Těhotenství a diabetes mellitus 1. typu	300
Těhotenství a diabetes mellitus 2. typu	307
Idiopatické střevní záněty a těhotenství	315
Abnormální růst plodu (růstová restrikce plodu)	318
Fetální medicína, současné možnosti chirurgie plodu	322
Nepřavidelně ukotvená placenta (placenta accreta spectrum)	329

3 POROD **335**

Jak se pozná začátek porodu	336
Předporodní příprava	338
Vybava pro maminku do porodnice	341
Vybíráme porodnici	343

Co je porodní plán.....	347
Průběh porodu.....	349
I. doba porodní (neboli otevírací doba).....	350
II. doba porodní (neboli vypuzovací doba).....	365
III. doba porodní (neboli doba k lůžku).....	374
Nástřih hráze (neboli epiziotomie) – ano, či ne.....	378
Závažné porodní poranění konečníku.....	383
Hojení porodních poranění.....	387
Tlumení porodních bolestí.....	388
Rozdělení analgetických metod.....	390
Nefarmakologické metody.....	392
Farmakologické metody.....	397
Operační porod.....	436
Předčasný porod.....	446

4 ŠESTINEDĚLÍ A POPORODNÍ PÉČE..... 455

První hodiny a dny po porodu.....	456
Co je šestinedělí.....	459
Poporodní změny.....	460
Poporodní splín.....	462

5 PÉČE O FYZIOLOGICKÉHO NOVOROZENECE A KOJENCE..... 467

Dotepání pupečníku, bonding, první přiložení.....	468
Hodnocení poporodní adaptace a první prohlídka novorozence.....	469
Nejčastější problematika donošeného novorozence.....	473
Screeningová vyšetření.....	475
Jak pečovat o novorozence.....	479
Syndrom náhlého úmrtí kojenců (SUID).....	488

6 KOJENÍ..... 493

Fyziologie laktace.....	494
Zásady správného kojení.....	496
Výhody mateřského mléka a kojení.....	497
Správná technika kojení.....	498
Nejčastější problémy při kojení a jejich řešení.....	504
Odstříkávání mateřského mléka.....	506
Kontraindikace kojení.....	510
Kojení a léky.....	511
Výživa kojící matky.....	512

7 RŮST A VÝVOJ DÍTĚTE..... 515

Růst dítěte.....	516
Percentilové grafy.....	520
Psychomotorický vývoj dítěte.....	527
Vývoj hrubé motoriky.....	528

Vývoj jemné motoriky	529
Sociální interakce	530
Vývoj řeči	531
Vývoj zraku	532
8 PÉČE O CHLAPECKÝ GENITÁL	535
Péče o chlapecký genitál v kojeneckém věku	536
Fimóza	538
Nepřítomnost varlete ve skrotu	539
9 VÝŽIVA KOJENCŮ A BATOLAT	541
Plná mléčná výživa	542
Náhradní kojenecká mléčná výživa	543
Zavádění příkrmů	545
10 OČKOVÁNÍ	549
Očkování dětí	550
11 BĚŽNÉ KOJENECKÉ NEDUHY	567
Horečka	568
Moučnivka	570
Bolestivé prořezávání zoubků	571
Kojenecké koliky	572
Opruzeniny	573
Atopický ekzém, seboroický ekzém (dermatitida)	575
Vyrážky v dětském věku	578
Ucpané slzné kanálky	579
12 KDY JE NEZBYTNÉ OKAMŽITĚ NAVŠTÍVIT PEDIATRA	581
Horečnaté stavy	582
Obtíže s výživou, bolesti břicha, průjmy a zvracení	584
Neurologické projevy	586
Ostatní projevy	587
13 ÚZKOST, EMOCE A BEZPEČNOST DÍTĚTE	591
Spánek dítěte	592
Jak předcházet úzkosti u kojence a batolete a jak ji zmírňovat	597
První pomoc dítěti - nemoci	600
První pomoc dítěti - úrazy	610
Co s sebou na dovolenou s dětmi v kojeneckém a batolecím věku	638
Rejstřík	661
Anotace	665
Summary	666
Dedikace/Poděkování	667