

OBSAH

Úvod	13
------------	----

Kapitola 1

Příprava – Před důležitým datem	17
--	-----------

Co nakoupit	17
-------------------	----

Jak si vybrat dětského lékaře	29
-------------------------------------	----

Banka pupečnickové krve	39
-------------------------------	----

Co si vzít s sebou do porodnice	43
---------------------------------------	----

Kapitola 2

Vítání – Než přijdete s miminkem domů	45
--	-----------

Apgar test	46
------------------	----

Oční antibiotické kapky	48
-------------------------------	----

Péče o pupeční šňůru	49
----------------------------	----

Injekce vitamínu K	50
--------------------------	----

První koupel miminka	51
----------------------------	----

Screening sluchu novorozence	53
------------------------------------	----

Novorozenecký screening	54
-------------------------------	----

Obřízka	55
---------------	----

Předčasně narození a JIP pro nedonošené děti	59
--	----

Kapitola 3

Pozorování – Kontrola dítěte od hlavy k patě	64
---	-----------

Hlava	64
-------------	----

Oči	67
-----------	----

Ústa	69
------------	----

Srdce	71
Plíce	75
Hrud'	76
Pupík (Umbilicus)	77
Genitálie	79
Kůže	84
Žloutenka	88
Končetiny	92
Svalový tonus, síla a reflexy	93

Kapitola 4

Krmení – Prs, lahvička a to vše kolem	98
Základy kojení	99
Krmení podle plánu versus podle potřeby	105
Ublinkávání	109
Seznámení s lahvičkou	113
Výhody a nevýhody odsávání mateřského mléka	119
Kdy přestat kojit	122
Seznámení se sušenou kojeneckou výživou	124
Diagnóza a léčba alergie na mléko	128
Seznámení s tuhou stravou	132
Pravidla tuhé stravy: Od šesti do osmi měsíců	135
Pravidla tuhé stravy: Od osmi do deseti měsíců	140
Pravidla tuhé stravy: Od deseti do dvanácti měsíců	143

Kapitola 5

Spánek – Uspávání: Návyky a trénink spánku	147
Stanovení pravidelné doby ukládání k spánku	148
Plán a cíl nočního spánku	149
Nácvik samospávacího rituálu	150
Obrana před syndromem náhlého úmrtí kojenců (SIDS)	157

Kapitola 6

Kakání – Zaměřeno na stolicí	162
Popis stolice	163

Zácpa	166
Průjem	167

Kapitola 7

Pláč – Proč takový povyk?	171
Proč děti pláčou	172
Nahodilý pláč: Tabulka	173
Pláč související s jídlem: Tabulka	174
Podvečerní pláč: Tabulka	175
Kolika	175
Pláč k získání pozornosti	182

Kapitola 8

Růst – Vývojové mezníky	184
Co očekávat od období 2 týdnů až 2 měsíců	185
Co očekávat od období 2 až 4 měsíců	188
Co očekávat od období 4 až 6 měsíců	193
Co očekávat od období 6 až 8 měsíců	196
Co očekávat od období 8 až 10 měsíců	204
Co očekávat od období 10 měsíců až 1 roku	206
Co očekávat od období kolem 1 roku	207
Výška, váha a velikost hlavy	209
Fáze růstu a prořezávání zubů	210

Kapitola 9

Hepčí! – Běžné zdravotní problémy prvního roku života	214
Horečka	215
Nachlazení	221
Akutní laryngotracheobronchitida	226
Zvracení	229
Nemoc rukou, nohou a úst	232
Pátá nemoc	234
Roseola (Šestá nemoc)	235
Vyrážky	236
Vyrážka pod plenou – Diagnóza a léčba: Tabulka	243

Vyrážka v záhybech kůže – Diagnóza a léčba: Tabulka	244
Vyrážka na hlavě – Diagnóza a léčba: Tabulka	245
Vyrážka obecně – Diagnóza a léčba: Tabulka	246
Sípavost	247
Bronchiolitida	247
Oční a ušní problémy	248
Bolest ucha – Diagnóza a léčba: Tabulka	250
Potíže s očima – Diagnóza a léčba: Tabulka	254
 Kapitola 10	
Ochrana – Vakcíny	255
Vakcíny a autismus	256
Vakcíny, rtuť a hliník	260
Vakcíny a přetěžování dětského imunitního systému	263
O vakcínách rozhoduje (zdravý) rozum!	265
 Kapitola 11	
Zábava – Na slunci i jinde	269
Ochrana před sluncem	270
Kousnutí a štípnutí hmyzem	272
Zábava ve vodě	273
Předvedení dítěte domácím mazlíčkům	275
Cestování s dítětem	276
Mělo by vaše dítě sledovat televizi?	279
Jak se připravit na druhé dítě	280
 Doslov	285
 Poděkování	287
 Zpráva o zdrojích	290
 Odkazy	293
Seznam nezbytných potřeb pro novorozence	293
Dotazník pro pediatra	295
Bezpečné léky pro kojící matky	298

Alergie na mléko – Diagnóza a léčba: Tabulka	300
Nahodilý pláč: Tabulka	301
Pláč související s jídlem: Tabulka	302
Podvečerní pláč: Tabulka	303
Přehled dávkování léků pro děti v ČR	304
Fakta podle zdravého rozumu: Průjem	307
Fakta podle zdravého rozumu: Horečka	308
Fakta podle zdravého rozumu: Nachlazení	309
Fakta podle zdravého rozumu:	
Akutní laryngotracheobronchitida (Croup)	310
Fakta podle zdravého rozumu: Zvracení	311
Vyrážka pod plenou – Diagnóza a léčba: Tabulka	314
Vyrážka v záhybech kůže – Diagnóza a léčba: Tabulka	315
Vyrážka na hlavě – Diagnóza a léčba: Tabulka	316
Vyrážka obecně – Diagnóza a léčba: Tabulka	317
Bolest ucha – Diagnóza a léčba: Tabulka	318
Potíže s očima – Diagnóza a léčba: Tabulka	319
Rejstřík	320