

Několik slov úvodem .....	9
---------------------------	---

## **ZDRAVÉ DÍTĚ OD NAROZENÍ PO DOSPÍVÁNÍ .....** 11

### **1. NOVOROZENEK .....** 13

Co dělat před narozením dítěte .....	13
--------------------------------------	----

Začínáte poznávat své dítě .....	18
----------------------------------	----

Krmení .....	26
--------------	----

Spánek .....	36
--------------	----

Přebalování .....	37
-------------------	----

Dětská pokožka .....	43
----------------------	----

Cvičení .....	44
---------------	----

Fyzický rozvoj dítěte .....	44
-----------------------------	----

Vývoj dítěte .....	45
--------------------	----

### **2. KOJENEC .....** 49

Fyzický rozvoj dítěte .....	49
-----------------------------	----

Vývoj dítěte .....	50
--------------------	----

Cvičení .....	67
---------------	----

Spánek .....	67
--------------	----

Disciplína .....	68
------------------	----

### **3. BATOLE .....** 69

Fyzický rozvoj dítěte .....	70
-----------------------------	----

Vývoj dítěte .....	70
--------------------	----

Vývoj řeči .....	75
------------------	----

Výživa .....	79
--------------	----

Nácvik chození na nočník a na toaletu .....	86
---	----

Cvičení .....	88
---------------	----

Spánek .....	89
--------------	----

Sexualita .....	90
-----------------	----

Disciplína .....	91
------------------	----

<b>4. PŘEDŠKOLÁK</b> .....	95
Fyzický rozvoj dítěte .....	95
Vývoj dítěte .....	96
Vývoj řeči .....	102
Výživa předškoláka .....	105
Cvičení .....	106
Spánek .....	106
Sexualita .....	108
Disciplína .....	108
<b>5. ŠKOLÁK</b> .....	111
Fyzický rozvoj .....	112
Citový, společenský a intelektuální vývoj .....	113
Stravování školáka .....	116
Spánek .....	119
Sexualita .....	119
Disciplína .....	120
Jak pomoci dítěti odolat cigaretám, alkoholu a jiným drogám .....	122
<b>6. PŘEDPUBERTÁLNÍ A PUBERTÁLNÍ VĚK</b> .....	125
Vývoj dítěte .....	126
Puberta .....	126
Sexualita .....	136
Výživa .....	144
Tělesný pohyb .....	146
Spánek .....	148
Péče o sebe sama .....	148
Škola .....	149
<b>PÉČE O DĚTSKÉ ZDRAVÍ</b> .....	157
<b>7. JAK ZAJISTIT KVALITNÍ PÉČI O DÍTĚ</b> .....	159
Opatrovatelky a chůvy .....	159
Jesle .....	160
Mateřské školy .....	161
Sám doma .....	163

<b>8. BĚŽNÁ ZDRAVOTNÍ PÉČE.</b> .....	165
Dětský lékař .....	165
Screeningové testy novorozenců .....	166
Očkování .....	167
Rutinní testy a screeningová vyšetření u dětí. ....	173
Pravidelné kontroly u dětského lékaře .....	177
<b>9. PÉČE O CHRUP</b> .....	193
Dětský chrup .....	193
Zubní prohlídky .....	198
<b>10. ZRANĚNÉ NEBO NEMOCNÉ DÍTĚ</b> .....	203
Příznaky .....	203
Základy domácí péče .....	207
Ošetření lehké nemoci nebo zranění .....	216
Zánět horních cest dýchacích .....	218
Když dítě musí být hospitalizováno .....	225
<b>11. BEZPEČNÉ PROSTŘEDÍ PRO DÍTĚ</b> .....	227
Jak předcházet úrazům .....	227
Ochrana dětí před násilnými činy .....	252
Zneužívání dětí .....	254
<b>12. CITOVÉ ZDRAVÍ DÍTĚTE</b> .....	259
Jak zvyšovat sebeúctu dítěte .....	259
Rozvoj osobnosti dítěte .....	261
Změny v rodině .....	262
Děti a stres .....	268
Jak pomoci dítěti pochopit smrt .....	270
<b>13. DĚTI VYŽADUJÍCÍ ZVLÁŠTNÍ PÉČI</b> .....	271
Vaše rodina .....	271
Organizace péče o dítě .....	272
Zdravotnický tým pečující o dítě .....	274
Plánování budoucnosti dítěte .....	275

<b>DĚTSKÉ NEMOCI</b> .....	277
<b>TABULKY PŘÍZNAKŮ</b> .....	279
<b>ABECEDNÍ PŘEHLED DĚTSKÝCH NEMOCÍ</b> .....	323
<b>PRVNÍ POMOC</b> .....	561
<b>O PRENATÁLNÍM VÝVOJI A TĚHOTENSTVÍ</b> .....	561
<b>PŘEHLED BĚŽNÝCH LÉKAŘSKÝCH VYŠETŘENÍ A TERMÍNŮ</b> .....	605
<b>Rejstřík</b> .....	609