

SPIS TREŚCI

Do czytelnika

O szóstym wydaniu książki Doktora Spocka

Współpraca

Zakres zmian w materiale i podejściu

Wychowywanie dzieci we współczesnym społeczeństwie

Spór wokół pobłażliwości

Podziękowania

Do Jane

O rodzicach

W nowej roli

Wątpliwości rodziców to zjawisko normalne

Ojciec podporą w okresie ciąży i porodu żony

Dziecko źródłem radości

Kontakt fizyczny i inne więzy

Rodzice też są ludźmi

Surowość czy łagodność

Rola ojca

Zmieniają się role kobiet i mężczyzn

Jak godzić obowiązki rodzinne z zawodowymi

Ku jakim celom zmierzacie wychowując dzieci

Potrzeby emocjonalne dzieci

Towarzystwo rodziców

Kto będzie się zajmował codzienną opieką

Kontakty z dziadkami

Gdy matka wraca z dzieckiem do domu

Wyposażenie i ubrania dla niemowlęcia

Wyposażenie pokoju dzieciennego

Bielizna pościelowa

Ubranka i pieluchy

Kąpiel

Wyposażenie do karmienia

Na spacerze, w samochodzie, z wizytą

Opieka lekarska i pielęgniarska

Narodziny dziecka

Pielęgniarz

Lekarz

Karmienie niemowląt

Karmienie to nie tylko żywność

Rozkład posiłków

Kłopoty z karmieniem

Wystarczające porcje i przyrost masy ciała

Witaminy w okresie niemowlęcym

Woda do picia

Karmienie piersią

Zalety karmienia piersią
Uczucia towarzyszące karmieniu piersią
Rzetelna próba karmienia piersią
Kondycja fizyczna karmiącej matki
Matka pracująca
Zaczynasz karmić piersią
Jak ustalić rozkład karmień
Czy dziecku wystarcza pokarmu
Specyficzne problemy związane z karmieniem piersią
Ręczne wyciskanie pokarmu i ściągaczki pokarmowe
Karmienie mieszane – z piersi i z butelki
Odstawianie niemowlęcia od piersi

Karmienie butelką

Mieszanki
Przygotowanie butelek na mieszankę
Butelkowanie mieszanki
Przechowywanie mieszanki
Przygotowanie mieszanki bez sterylizacji
Sterylizacja
Przygotowanie mieszanki gdy konieczna jest sterylizacja
Przystępujemy do karmienia butelką
Od butelki do kubka
Odstawiamy butelkę stopniowo

Zmiany w diecie i rozkładzie posiłków

Wzbogacony jadłospis
Zmiany w rozkładzie posiłków

Codziennie pielęgnowanie

Ciemiażko
Sen
Pieluszki
Wypróżnienia
Kąpiel
Pępek
Prącie
Ubranie, świeże powietrze i słońce
Czas zabawy

Szczepienia

Problemy wieku niemowlęcego

Płacz w pierwszych tygodniach życia
Rozpieszczanie
Najczęstsze postaci niestrawności
Zaparcie
Biegunka
Wysypki
Znamiona i inne znaki na skórze
Żółtaczką u noworodka
Przepuklina pępkowa
Kłopoty z jamą ustną
Kłopoty z oczami
Kłopoty z oddychaniem

Najczęstsze objawy nerwowości
Obrzęk sutków
Wydzielina z pochwy
Niezystąpienie jąder

Ssanie palca i inne nawyki

Niezależność i potrzeba uspokajających nawyków u półtorarocznego dziecka
Ssanie palca
Smoczek i gryzak
Nawykowe ruchy rytmiczne

Rozwój niemowlęcia

Obserwujemy jak rośnie
Rozwój fizyczny i sprawność ruchowa
Rozwój mowy
Zwolnione tempo rozwoju
Wyrzynanie się ząbków
Zapobieganie próchnicy

Zapobieganie nieszczęśliwym wypadkom

Podstawowe zasady bezpieczeństwa
Pojazdy mechaniczne
Pożar – uduszenie w dymie i oparzenia
Utonięcia
Zatrucia
Bezpieczeństwo w domu

Żywnienie małego dziecka

Składniki diety
Rozsądna dieta
Produkty małowartościowe i niepożądane
Posiłki
Jedzenie między posiłkami
Problemy związane z jedzeniem
Chude dzieci
Otyłe dzieci

Roczne dziecko

Co jest motorem w tym wieku
Jak unikać nieszczęśliwych wypadków
Lęki rocznego dziecka
Niezależność i kontakty z otoczeniem
Jak postępować z rocznym dzieckiem
Zmieniają się godziny snu w ciągu dnia
Prawdopodobnie zmieniają się nawyki jedzeniowe

Wychowanie małego dziecka

Zabawa i dobry kontakt z otoczeniem
Agresja
Gdy pora pójść spać
Obowiązki
Dyscyplina
Dziecko marudne
Zazdrość i rywalizacja
Miejsce dziecka w rodzinie

Nauka czystości

Co to znaczy?

Kontrolowanie wypróżnień

Kontrolowanie pęcherza moczowego

Kroki wstecz mogą się zdarzyć

Dwuletnie dziecko

Jakie ono jest?

Przekora

Leki około 2 roku życia

Jąkanie się

Od trzech do sześciu lat

Przywiązanie do rodziców

Ciekawość i wyobrażenia

Lęki w wieku 3, 4 i 5 lat

Gryzienie paznokci

Masturbacja

„Zjawiska życia”

Ośrodki opieki dziennej, przedszkola i grupy prowadzone metodą Montessori

Od sześciu do jedenastu lat

Przystosowanie się do otoczenia poza domem rodzinnym

Samokontrola

Postawa

Telewizja, kino, komiksy

Kradzież

Kłamstwo

Szkoła

Czemu służy szkoła

Kłopoty z nauką

Okres dojrzewania płciowego

Rozwój fizyczny

Rozwój psychiczny

Seksualizm

Zmiany obyczajowe

Choroby

Jak postępować z chorym dzieckiem

Diety podczas choroby

Podawanie leków i robienie lewatywy

Gorączka

Przeziębienie i zapalenie zatok

Infekcja uszu

Migdałki podniebienne i trzeci migdałek

Zapalenie gardła, zapalenie migdałków i powiększenie węzłów chłonnych

Krup i zapalenie nagłośni

Grypa, zapalenie oskrzeli i zapalenie płuc

Bóle głowy

Bóle brzucha i zaburzenia trawienne

Zaparcia

Zanieczyszczenie się

Zaburzenia w oddawaniu moczu

Wydzielina z pochwy
Alergie
Choroby skóry
Odra, różyczka, rumień dnia piątego, ospa wietrzna
Krzusiec, świnka, błonica i choroba Heinego-Medina
Gruźlica
Gorączka reumatyczna, bóle stawowe i szmery w sercu
Przepukliny i wodniak jądra
Kłopoty z oczami
Inne stany
Szpital

Pierwsza pomoc

Skaleczenia, krwawienia i oparzenia
Ciało obce w nosie, w uchu i w oku
Drzazgi
Zwichnięcia, złamania, urazy głowy
Ciało obce w przewodzie pokarmowym
Trucizny
Ciało obce w drogach oddechowych i sztuczne oddychanie
Co robić przy objawach dławienia się u dziecka poniżej roku życia
Co robić przy objawach dławienia się u dziecka powyżej roku życia

Porady specjalne

Podróż z małym dzieckiem
Poradnie wychowawcze i rodzinne
Dziecko niepełnosprawne
Zaniedbywanie dzieci i przestępstwa przeciw nieletnim
Adopcja
Wczęśniak
Bliźniak

Rozwód, samotny rodzic, drugie małżeństwo

Rozwód
Opieka nad dzieckiem po rozwodzie
Samotna matka, samotny ojciec
Drugie małżeństwo

Postłowie

Lepszy świat dla naszych dzieci