

Spis treści

1. Rodzina – jej znaczenie i rozwój – Anna Kwak	17
1.1. Znaczenie rodziny dla jednostki	17
1.2. Określenie rodziny – złożoność pojęcia.	21
1.3. Rozwojowe spojrzenie na rodzinę	28
2. Sytuacja demograficzna, ekonomiczna i społeczna w Polsce – Katarzyna Szamotulska	37
2.1. Wprowadzenie	37
2.2. Dzietność i płodność	39
2.3. Sytuacja zdrowotna dzieci i młodzieży	43
2.3.1. Zgony	43
2.3.2. Zachorowania	49
2.3.3. Stan zdrowia dzieci i młodzieży w świetle Badania Stanu Zdrowia Ludności z 1996 r.	50
2.3.4. Nierówności w stanie zdrowia dzieci i młodzieży	51
2.4. Przeciętne trwanie życia, przyczyny umieralności ogólnej	51
2.5. Uwagi końcowe	54
3. Zdrowie – Aldona Sito, Krystyna Bożkowska	56
3.1. Wprowadzenie	56
3.2. Czynniki warunkujące zdrowie	58
3.3. Promocja zdrowia i kształcenie zdrowotne	62
3.3.1. Definicja promocji zdrowia	65
3.3.2. Programy promocji zdrowia	66
4. Żywnienie w rodzinie	74
4.1. Wprowadzenie – Krystyna Bożkowska	74

4.2. Prawidłowe żywienie kobiety w czasie ciąży – <i>Dorota Szostak-Węgierek</i>	80
4.2.1. Masa ciała matki przed ciążą i jej przyrost podczas ciąży	80
4.2.2. Zapotrzebowanie na poszczególne składniki pokarmowe	81
4.2.2.1. Białko	81
4.2.2.2. Kwas foliowy	82
4.2.2.3. Witaminy antyoksydacyjne	83
4.2.2.4. Witamina A	84
4.2.2.5. Wapń	84
4.2.2.6. Żelazo	85
4.2.2.7. Cynk	85
4.2.2.8. Jod	86
4.2.2.9. Kwasy tłuszczowe omega-3 oraz izomery trans	86
4.2.3. Zalecenia praktyczne	87
4.2.4. Podsumowanie	95
4.3. Żywienie kobiety w okresie karmienia piersią – <i>Małgorzata Strucińska, Halina Weker</i>	99
4.3.1. Zapotrzebowanie na energię i poszczególne składniki pokarmowe	99
4.3.1.1. Energia	99
4.3.1.2. Białko	99
4.3.1.3. Tłuszcze	105
4.3.1.4. Węglowodany	106
4.3.1.5. Błonnik	106
4.3.1.6. Płynty	107
4.3.1.7. Witaminy rozpuszczalne w tłuszczach (A, D, E, K)	107
4.3.1.8. Witaminy rozpuszczalne w wodzie	107
4.3.1.9. Składniki mineralne	109
4.3.2. Zalecenia żywieniowe dla kobiet karmiących piersią	109
4.4. Zasady stosowania leków w okresie karmienia piersią – <i>Jadwiga Prokopczyk, Ewa Kamińska</i>	113
4.5. Karmienie piersią – <i>Krystyna Mikiel-Kostyra</i>	120
4.5.1. Znaczenie karmienia piersią dla zdrowia dziecka i matki	120
4.5.2. Fizjologiczne podstawy laktacji i karmienia piersią	124
4.5.3. Trzymanie i przystawianie dziecka do piersi	128
4.5.4. Zaburzenia laktacji	130

4.5.4.1.	Uszkodzenie brodawek sutkowych	130
4.5.4.2.	Zastój pokarmu	131
4.5.4.3.	Zablokowany przewód odprowadzający . . .	132
4.5.4.4.	Odczyn zapalny gruczołu sutkowego . . .	133
4.5.4.5.	Brak pokarmu i niedożywienie	133
4.5.5.	Przeciwwskazania do karmienia piersią	135
4.5.5.1.	Choroby infekcyjne matki	136
4.6.	Żywienie niemowląt, dzieci i młodzieży – <i>Halina Weker, Zofia Rudzka-Kańtoch</i>	137
4.6.1.	Podstawy żywienia dzieci. Zapotrzebowanie na energię i poszczególne składniki pokarmowe	137
4.6.1.1.	Energia	137
4.6.1.2.	Białko	143
4.6.1.3.	Tłuszcze	147
4.6.1.4.	Węglowodany	150
4.6.1.5.	Witaminy i składniki mineralne	151
4.6.1.6.	Woda	153
4.6.2.	Zasady żywienia niemowląt	154
4.6.2.1.	Karmienie naturalne	154
4.6.2.2.	Żywienie sztuczne	157
4.6.3.	Zasady żywienia dzieci w wieku 2–3 lat	166
4.6.4.	Zasady żywienia dzieci w wieku przedszkolnym . .	169
4.6.5.	Zasady żywienia dzieci i młodzieży w wieku szkolnym	170
4.6.6.	Organizacja żywienia dzieci	174
4.6.7.	Inne modele żywienia	175
4.6.8.	Wybrane zagadnienia związane z zaburzeniami w odżywianiu	178
4.6.8.1.	Dzieci z niedoborem masy ciała	178
4.6.8.2.	Dzieci z nadwagą i otyłością	179
4.6.8.3.	Dzieci z alergią pokarmową	181
5.	Rola lekarza rodzinnego w opiece zdrowotnej nad rodziną w okresie prokreacji – <i>Bogdan Chazan</i> . .	187
5.1.	Wprowadzenie	187
5.2.	Opieka zdrowotna przedkoncepcyjna	190
5.2.1.	Problematyka poradnictwa przedkoncepcyjnego . .	193
5.2.1.1.	Wiek	194
5.2.1.2.	Odstęp czasu pomiędzy ciążami	195
5.2.1.3.	Liczba dzieci w rodzinie	195
5.2.1.4.	Dieta i masa ciała	195
5.2.1.5.	Nałogi	196

5.2.1.6. Praca zawodowa	196
5.2.1.7. Niekorzystne warunki socjalno- -ekonomiczne	197
5.2.1.8. Problemy psychologiczne	197
5.2.1.9. Choroby uwarunkowane genetycznie	198
5.2.1.10. Leki	198
5.2.1.11. Zakażenia	199
5.2.1.12. Planowanie rodziny	199
5.2.1.13. Obserwacja cykli miesiączkowych . . .	200
5.2.1.14. Choroby przyszłej matki	200
5.2.2. Podsumowanie	201
5.3. Opieka zdrowotna przedporodowa (w okresie ciąży)	202
5.3.1. Promocja zdrowia	203
5.3.2. Organizacja opieki przedporodowej	205
5.3.2.1. Dokumentacja	210
5.3.3. Prowadzenie opieki nad kobietą ciężarną	211
5.3.3.1. Pierwsza wizyta u lekarza	211
5.3.3.2. Schemat opieki przedporodowej	215
5.3.3.3. Ocena stopnia ryzyka ciążowego	222
5.3.4. Ocena stanu płodu	223
5.3.4.1. Mała masa ciała płodu	223
5.3.4.2. Niedotlenienie płodu	227
5.3.5. Psychologiczne i psychosomatyczne aspekty ciężcy	228
5.3.5.1. I trymestr	228
5.3.5.2. II trymestr	230
5.3.5.3. III trymestr	230
5.4. Opieka zdrowotna okołoporodowa	231
5.4.1. Opieka okołoporodowa nad kobietą	231
5.4.1.1. Poziom I	231
5.4.1.2. Poziom II	231
5.4.1.3. Poziom III	232
5.4.2. Opieka okołoporodowa ukierunkowana na rodzinę . . .	232
5.4.2.1. Wprowadzenie	232
5.4.2.2. Wewnątrzszpitalny ośrodek porodowy (oddział porodów rodzinnych)	235
5.4.2.3. Pozaszpitalny ośrodek porodowy	236
5.4.2.4. Poród w domu	237
5.5. Opieka zdrowotna poporodowa	238
5.6. Planowanie rodziny	243
5.6.1. Metody planowania rodziny	244
5.6.1.1. Naturalne metody planowania rodziny . . .	244
5.6.1.2. Sztuczne metody planowania rodziny . . .	246

5.6.2. Planowanie rodziny po porodzie	248
5.7. Niepłodność	251

6. Opieka zdrowotna nad noworodkiem, dzieckiem i młodzieżą – Krystyna Bożkova,

<i>Ilona Szilágyi-Pągowska</i>	260
6.1. Wprowadzenie	260
6.2. Wywiad	262
6.3. Badanie lekarskie	265
6.3.1. Badanie fizykalne	265
6.4. Ocena stanu ogólnego noworodka. Adaptacja do życia pozałożonowego. Ocena niektórych funkcji i reaktywności noworodka	267
6.4.1. Wiek płodowy	267
6.4.2. Rozwój i dojrzałość wewnątrzmaciczna (eutrofia, dystrofia wewnątrzmaciczna)	267
6.4.3. Ocena niektórych funkcji i stanu ogólnego nowo- rodka po urodzeniu	268
6.4.4. Ważne przyczyny rodzenia się dzieci z małą masą ciała (poniżej 10. centyla)	270
6.4.5. Objawy kliniczne często występujące u nowo- rodków urodzonych z małą masą ciała	270
6.5. Najczęstsze zaburzenia adaptacji noworodka do życia pozałożonowego	271
6.5.1. Regulacja temperatury ciała	271
6.5.2. Oddychanie i krążenie	272
6.5.2.1. Bezdech	273
6.5.2.2. Zapalenie płuc	274
6.5.2.3. Niewydolność lub zaburzenia układu krążenia	275
6.5.3. Żywienie doustne	276
6.5.4. Przemiana różnych związków endo- i egzogennych, ich wiązanie i wydalanie	277
6.6. Badanie noworodka	278
6.6.1. Głowa	278
6.6.2. Twarz	278
6.6.3. Oczy	279
6.6.4. Nos	279
6.6.5. Jama ustna	280
6.6.6. Szyja	280
6.6.7. Skóra	281
6.6.8. Klatka piersiowa	285

6.6.9. Jama brzuszna	286
6.6.10. Narządy moczowo-płciowe	287
6.6.11. Kończyny	287
6.6.12. Kręgosłup	288
6.6.13. Objawy wzbudzające podejrzenie zaburzeń ze strony układu nerwowego	289
6.6.14. Rozwój somatyczny noworodka	290
6.7. Monitorowanie stanu zdrowia – badania okresowe niemowląt, dzieci i młodzieży	290
6.7.1. Wprowadzenie	290
6.7.2. Pierwsza wizyta lekarska po wypisaniu noworodka ze szpitala	291
6.7.3. Kolejne badanie profilaktyczne u niemowlęcia	293
6.7.4. Następne badania profilaktyczne w 1. roku życia	293
6.7.5. Badania profilaktyczne w 2. i 3. roku życia	295
6.7.6. Badania okresowe dziecka w wieku przedszkolnym	298
6.7.7. Badania profilaktyczne u dzieci w wieku szkolnym i u młodzieży	302
6.8. Metody i interpretacja oceny rozwoju somatycznego	309
6.9. Kalendarz szczepień	350
6.10. Szczepienia ochronne – <i>Henryka Siwińska-Gołębiowska,</i> <i>Maria Gołębiowska-Wawrzyniak</i>	361
 7. Zdrowie psychiczne w rodzinie	 373
7.1. Zaspokajanie potrzeb psychicznych dziecka jako warunek harmonii rozwojowej – <i>Irena Kornatowska</i>	373
7.1.1. Potrzeba miłości	374
7.1.2. Potrzeba akceptacji	375
7.1.3. Potrzeba bezpieczeństwa	377
7.2. Rodzina dysfunkcyjna – krzywdzenie dziecka – <i>Irena</i> <i>Kornatowska, Monika Sajkowska, Jolanta Zmarzlik</i>	380
7.2.1. Krzywdzenie dzieci – ustalenia definicyjne	380
7.2.2. Czynniki ryzyka krzywdzenia dzieci	385
7.2.2.1. Czynniki ryzyka związane z rodziną	387
7.2.2.2. Czynniki ryzyka związane z dzieckiem	392
7.2.2.3. Czynniki ryzyka związane z matką	394
7.2.3. Bezpośrednie i odległe skutki krzywdzenia dzieci	395
7.2.3.1. Objawy somatyczne krzywdzenia dziecka. Skutki krzywdzenia dla rozwoju fizycznego	396
7.2.3.2. Skutki krzywdzenia w dzieciństwie dla rozwoju intelektualnego	397

7.2.3.3. Skutki krzywdzenia dziecka dla jego rozwoju i funkcjonowania emocjonalnego	399
7.2.3.4. Skutki krzywdzenia dla społecznego rozwoju i funkcjonowania dziecka	401
7.2.3.5. Konsekwencje nadopiekuńczych postaw rodziców dla społecznego i emocjonalnego funkcjonowania dzieci	402
7.2.3.6. Skutki seksualnego wykorzystywania dzieci	404
7.2.4. Działania pomocowe w przypadkach krzywdzenia dziecka	405
7.2.4.1. Kompetencje służb pomagających rodzinie	409
7.2.4.2. Działania profilaktyczne	411
7.2.5. Zjawisko krzywdzenia dzieci w świetle statystyk i wyników badań empirycznych	414
7.2.5.1. Co mówią dzieci?	417
7.2.5.2. Z doświadczeń profesjonalistów	419
7.2.5.3. Postawy i doświadczenia polskiego społeczeństwa	421
7.3. Zaburzenia zachowania – <i>Jadwiga Komender</i>	425
7.4. Profilaktyka uzależnień dzieci i młodzieży – rola pracowników służby zdrowia – <i>Katarzyna Okulicz-Kozaryn, Anna Borucka</i>	447
7.4.1. Rozpowszechnienie używania substancji psychoaktywnych	447
7.4.2. Proces rozwoju problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych	449
7.4.2.1. Od piwa do narkotyków	449
7.4.2.2. Od pierwszych prób do uzależnienia	449
7.4.3. Rola lekarza rodzinnego	451
7.4.4. Metoda interwencji	452
7.4.4.1. Etap pierwszy: diagnoza	452
7.4.4.2. Etap drugi: udzielenie porady	460
7.4.4.3. Etap trzeci: motywowanie do zmiany zachowania	464
7.5. Problemy uzależnienia dzieci i młodzieży od tytoniu oraz rola pracowników służby zdrowia w jego zwalczaniu – <i>Janusz Szymborski, Aldona Sito, Ewa Łukasik</i>	475
7.5.1. Wprowadzenie	475
7.5.2. Rola pracowników służby zdrowia w przeciwdziałaniu uzależnieniu od tytoniu u dzieci i młodzieży .	480
7.5.2.1. Zmniejszenie ekspozycji dziecka na bierne palenie	481

7.5.2.2. Rola pediatrów i lekarzy rodzinnych w ochronie dzieci przed biernym paleniem	481
7.5.2.3. Rola lekarzy rodzinnych i pediatrów w zmniejszaniu rozpowszechnienia palenia wśród rodziców	483

8. Dziecko niepełnosprawne ruchowo – <i>Maria Borkowska</i>	486
8.1. Wprowadzenie	486
8.2. Prawidłowy rozwój ruchowy dziecka w 1. roku życia . . .	487
8.3. Nieprawidłowy rozwój ruchowy. Wczesne rozpoznanie. Zasady usprawniania	501
8.4. Najczęściej stosowane metody usprawniania ruchowego dzieci z zaburzeniami rozwoju ruchowego	519
Skorowidz	527