

# TURINYS

## PRATARMĖ/8

Romėna Kačiniėnė, Vaisingumo asociacijos psichologė

## IŽANGA/11

Gintarė Jankauskienė, knygos autorė

## I DALIS

### VILTIES DIENORAŠČIAI

Su vaisingumo specialistų **Redos** ir **Rolando Žiobakų** bei psichologės **Romenos Kačiniėnės** komentarais

#### 1 SĖKMĖS ISTORIJA /16

„Ilgas laukimas subrandino mūsų šeimą“

#### 2 SĖKMĖS ISTORIJA/28

„Po ketverių metų pastangų - Kalėdų stebuklas“

#### 3 SĖKMĖS ISTORIJA /40

„Susitaikius su liga - aštuoneri metai motinystės atostogų“

#### 4 SĖKMĖS ISTORIJA /54

„Pastojome pakilę iš emocinės duobės“

#### 5 SĖKMĖS ISTORIJA /66

„Džiaugsmas susilaukus mažylio tęsiasi iki dabar“

#### 6 SĖKMĖS ISTORIJA /76

„Iki vaiko gimimo jautėmės tarsi nešami srovės“

#### 7 SĖKMĖS ISTORIJA /90

„Būti mama - nuostabus jausmas“

#### 8 SĖKMĖS ISTORIJA /100

„Pastojau, kai to mažiausiai tikėjausi“

#### 9 SĖKMĖS ISTORIJA /108

„Gandrai atskrido po dešimties laukimo metų“

#### 10 SĖKMĖS ISTORIJA /118

„Žmogaus likimas yra užrašytas iš anksto“

## II DALIS

### VAISINGUMO PAIEŠKOS

#### NEVAISINGUMAS JAU YRA PASEKMĖ /128

Romualdas Šemeta, akušeris-ginekologas

#### KODĖL POROS NESULAIKIA GANDRŲ? /136

Daina Visockienė, akušerė-ginekologė, vaisingumo specialistė

#### ENDOKRININĖS LIGOS - NE KLIŪTIS PASTOTI / 146

Dr. Saulius Grigonis, endokrinologas

#### TYLIOSIOS INFEKCIJOS GRĖSMĖ MOTERS SVEIKATAI /154

Tomas Lūža, akušeris-ginekologas, vaisingumo specialistas

#### GERĄ SPERMĄ LEMIA SVEIKA PROSTATA /162

Prof. dr. Balys Dainys, urologas

#### KŪDIKIO PRADĖJIMAS YRA GAMTOS STEBUKLAS /168

Eduardas Lakštauskas, neurologas, osteopatas, funkcinės medicinos specialistas

#### APIE VAISINGUMO PAŽINIMĄ/176

Akvilė Esmantienė, akušerė-ginekologė, naprotechnologijos specialistė

#### KAS TRIKDO HORMONŲ VEIKLĄ? /182

Laura Stančė, cheminių medžiagų ekspertė

#### PASĄMONĖS GALIA IR NĖŠTUMAS / 186

Viktorija Gončarova, psichologė

#### NEVAISINGUMAS PAGAL AJURVEDĄ / 194

Asta Keturkienė, gydytoja, ajurvedos specialistė

#### ŽODYNĖLIS /204

#### NUORODOS IR LITERATŪRA /211

#### PADĖKA /214