

TURINYS

PIRMIEJI GYVENIMO METAI

PIRMAS MĖNUO

Vykstant gimdyti	13	Dovanos mažyliui	62
Pirmasis riksmas, pasimatymas ir žindymas — 1 4		Žaislai	63
Kartu geriausia	16	Žindyvės mityba	63
Naujagimio sveikatos patikra	17	Zindymo pranašumai	65
Ženkla	17	Krūtų dydis ir žindymas	68
Skausmai po gimdymo	18	Pieno išsiskyrimo ypatybės	69
Išskyros	19	Zindymo tvarka	72
Mankšta po gimdymo	19	Intensyvesnio žindimo tarpniai	73
Naujagimio kraitelis ir priežiūros reikmenys... 19		Ar žindyti naktį?	74
Vežimėlis	21	Zindymo technika	75
Susipažinkime: aš -jūsų mylimas naujagimis . 23		Zindymo padėtys	79
Gimė neišnešiotas	28	Neatsitraukia nuo krūties - ką daryti?	83
Gimė pernešiotas	31	Zindymo sunkumai	83
Dvyniai	32	Kaip išvengti pieno sąstovio (stazės).	85
Naujagimių gelta	33	Skaudantys speneliai	87
Nemigo naktys ir liūdesys praeina (pogimdyminė depresija).	34	Krūties uždegimo galima išvengti	89
Tėčio vaidmuo	37	Kada pervystyti: prieš maitinimą ar po jo? — 90	
Antrasis vaikas namuose	39	Pieno nutraukimas	90
Pirmas gydytojo ir slaugytojos vizitas	41	Nutraukto pieno laikymas	94
Vaiko registravimas	41	Padėkite atsirūgti (atpylimas).	95
Mažylio kėlimas ir laikymas ant rankų	43	Pojūčiai žindant	99
Lytėjimo galia	43	Zindymas po cezario pjūvio (gimdymo operacijos).	99
Vystymas	44	Kodėl žindomas mažylis pravirksta?	101
Sauskelnės	48	Neišnešiotas naujagimio žindymas	101
Vystyklų skalbimas	52	Dvynių maitinimas	103
Kasdienis tualetas	53	Žagsėjimas	105
Maudymas	57	Kad netrūktų pieno	105
Bambutės priežiūra	60	Savaiminis pieno tekėjimas (galaktorėja)_____	108
Miegas	61	Krūties atsisakymo priežastys	108
		Žindyti negalima	110

VAIKAS AUGA

Pieno mišiniai	111
Pieno mišinio gaminimas	112
Žinduko parinkimas	112
Maitinimas iš buteliuko	113
Vaikščiojimas gryname ore	115
Verksmo priežastys	117
Skausmo verksmas - ką daryti?	122
Sustorėjimai ant lupų	122
Ašarojančios akys	123
Kodėl čiaudi?	123
Kodėl žvairuoja?	123
Garsaus kvėpavimo priežastys	124
Apžiūrėkite pėdas	124
Rūkymo poveikis kūdikiui	124
Diegliai	124
Jums žinotina	129
Po 30 dienų	133

ANTRAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	135
Rankų lavinimas	136
Nešioti būtina	137
Vaikščiojimas gryname ore	141
Kūdikio „kalba“	142
Sausos odos priežiūra	142
Skiepy žymė	144
Miegas	144
Žaislai	144
Ar reikalingas čiulptukas (tuščias žindukas)?	146
Žindomam kūdikiui buteliukas neduodamas	147
Maitinimas iš puodelio	148
Maitinimo priemonės	149
Žindymas motinai susirgus	149
Negerai, kai per šilta: netekti skysčių pavojinga	150
Ar sveikiems tėvams gali gimti kūdikis su sveikatos sutrikimais?	150
Jums žinotina	151
Po dviejų mėnesių	153
Pasakykite gydytojui	155

TREČIAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	156
Temperamentas	160
Kalbos ugdymas	163

Kodėl čiulpia pirštą?	164
Gryno oro, saulės reikšmė kūdikio augimui ir tobulėjimui	165
Žaislai	166
Žindymas (maitinimas)	167
Gydytojo apžiūra	167
Jums žinotina	168
Po trijų mėnesių	168

KETVIRTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	171
Žaislai	172
Neramaus miego priežastys	173
Verksmas ir dirglumas	174
Žindymas (maitinimas)	176
Namų vaistinė	177
Vaistų įdavimas	178
Jums žinotina	179
Pasakykite gydytojui	180
Po keturių mėnesių	180

PENKTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	183
Kalbos ugdymas	184
Atrandu mamą ir kitus	186
Žaislai	187
Ar čiulpti pirštą normalu?	189
Žindymas (maitinimas)	189
Papildomo maisto davimas	190
Jums žinotina	194
Pasakykite gydytojui	195
Po penkių mėnesių	196

ŠEŠTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	199
Žaislai	201
Kelioninė vaistinė	202
Pirmieji dantys	202
Kūdikio svorio reguliavimas	205
Maitinimas	206
Atpratimas nuo buteliuko	207
Kaip atpratinti nuo čiulptuko ir žinduko?	207
Miegas	209
Mama-tarsi degalinė	210
Jums žinotina	211
Pasakykite gydytojui	212
Po šešių mėnesių	212

SEPTINTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	215
Mokomės užsienio kalbos	218
Rankų lavinimas	219
Žaislai	220
Maitinimas	222
Kai kandžioja krūtį	225
Žindymas esant nėščiai	226
Į lovą be buteliuko	226
Praeinantys kūdikio įpročiai	226
Jums žinotina	227
Gydytojo apžiūra	228
Po septynių mėnesių	229

AŠTUNTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	231
Rankų lavinimas	232
Kalbos ugdymas	232
Žaislai	233
Leiskite piešti	234
Maitinimas	235
Miegas	236
Jums žinotina	237
Gydytojo apžiūra	238
Po aštuonių mėnesių	239

DEVINTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	242
Žaislai	243
Noriu gerti	244
Maitinimas	245
Miegas	246
Jums žinotina	247
Gydytojo apžiūra	248
Po devynių mėnesių	248

DEŠIMTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	251
Rankų lavinimas	254
Maitinimas	254
Kada nutraukti žindymą?	256
Vasaros maudynės	257
Kaip išmokyti suprasti „ne“	259
Jums žinotina	259
Gydytojo apžiūra	261
Po dešimties mėnesių	261

VIENUOLIKTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	264
Žaislai	266
Maitinimas	267
Dantukai tebūna sveiki	268
Avalynės parinkimas	270
Kaip turi vaikščioti?	272
Jums žinotina	273
Gydytojo apžiūra	273
Po vienuolikos mėnesių	274

DVYLIKTAS MĖNUO

Priežiūros ypatumai	276
Pirmasis ryšys - ypatingas (prieraišumo svarba)	278
Žaislai	281
Maitinimas	282
Kodėl nevalgo?	284
Jums žinotina	286
Gydytojo apžiūra	287
Po dvylikos mėnesių	287

MASAŽAS IR MANKŠTA

Antras mėnuo	291
Trečias mėnuo	292
Ketvirtas mėnuo	294
Penktas ir šeštas mėnuo	297
Septintas mėnuo	303
Aštuntas ir devintas mėnuo	307
Dešimtas-dvyliktas mėnuo	308
Per pirmuosius metus	312

KŪDIKIŲ PATIEKALŲ GAMINIMAS

Kūdikų patiekalų gaminimas	314
Reikmenys	314
Patiekalai	317

LIGŲ IR TRAUMŲ PRIEŽASTYS
BEI PROFILAKTIKA

Grūdinimas	327
Skiepai	330
Organizmo atsparumas (imunitetas) ir jo stiprinimas	335
Ar kūdikio lova saugi?	341
Žaislai tebūnie saugūs	343
Saugokitės traumų	346

VAIKAS AUGA

Saugi kelionė automobiliu	350
Plaukuotų šeimos draugų keliami pavojai	352
Kambariniai augalai - priešai ar draugai?_____	353
Venkite buitinės technikos elektromagnetinių laukų	354
Pavojai sode	355
Saugus maistas.	357
Saugus troškulio malšinimas.	358
Vėdinti kambarius būtina ir žiemą	359
Švaru ne visada tolygu sveika	359
Kad saulė nenudegintų	360

LIGOS IR NEGALAVIMAI

Mažų vaikų ligų eigos ypatumai	364
Kada kreiptis į gydytoją?	364
Adenoidai	367
Akių gleivinės uždegimas (konjunktyvitas).	369
Alergija ir maisto alergija	370
Alerginė sloga (rinitas).	373
Alpimas (sinkopė).	376
Anafilaksija	377
Antsvoris ir nutukimas.	380
Apgamas (démė).	384
Apsinuodijimas įvairiomis medžiagomis ir maistu	386
Atopinis dermatitas (egzema).	389
Ausų uždegimas.	392
Autizmas (įvairiapusis raidos sutrikimas).	394
Bambutės išvarža.	397
Bambutės kraujavimas.	398
Bambutės uždegimas	398
Burnos gleivinės uždegimas (stomatitas)	398
Celiakija	399
Cheminių medžiagų šalinimas iš akies.	400
Dauginiai pūliniai (abscesai).	400
Dauno sindromas (23-ios chromosomos trisomija).	400
Dilgėlinė.	402
Elektros ir žaibo poveikis	403
Gaivinimas (dirbtinis kvėpavimas ir širdies masažas).	405
Galvos ir kitos buitinės vaikų traumos.	410
Gastroezofaginio reflukso liga	413
Geltonų pleiskanų luobas	414
Gerklės paraudimas.	415

Grybelinės odos ligos.	415
Gripas.	417
Hemangioma.	419
Hepatitis A (infekcinis kepenų uždegimas).	420
Hydrocefalija (galvos smegenų vandenė)	422
Įdrėskimai, įsijovimai, nubrozdinimai ir nutrynimai	423
Įgėlimas, įkandimas.	424
Įgimtas klubo sąnario neišsivystymas, įgimtas klubo sąnario išnirimas.	428
Įgimtos rankos ydos	431
Infekcinė mononukleozė.	431
Išnirimas.	435
Išorinių mergaitės lyties organų uždegimas (vulvitas, vulvovaginitas).	433
Iššutimas ir vystyklų dermatitas	434
Išvaržos	436
Karpos.	437
Kiemo traumos (patempimai, nikstelėjimai, sumušimai).	439
Kirmėlėtumas (helminiozė).	441
Kirmėlinės ataugos uždegimas (apendicitas).	442
Kontagiozinis moliuskas.	444
Kontaktinis dermatitas.	444
Kosulys.	445
Kreivakaklystė.	447
Krislo šalinimas.	448
Laimo liga	449
Limfmazgių uždegimas (padidėjimas).	450
Lunatizmas (somnia bulizmas).	452
Mažakraujystė (anemija).	453
Meningokokinė infekcija	455
Naktinės baimės ir košmarai	456
Naujagimių baltieji spuogai.	458
Nenusileidusios sėklidės.	458
Niežulys	459
Nosiaryklės uždegimas.	460
Nudegimas.	461
Nuožvarbos	463
Perkaitimas ir saulės (šilumos) smūgis.	464
Pienligė	467
Plokščiapėdystė (pilnapadystė).	468
Prakaitinė	469
Prievartčio stenozė (pilorospazmas).	469

Pūslelinė.	470
Rachitas.	471
Rakšties pašalinimas.	474
Raudonas žiedas aplink išangę	475
Raukšlių pakenkimas {intertrigo}.	475
Sėklidžių vandenė (hidrocelė).	475
Skarlatina	476
Skendimas.	478
Sloga	479
Spalinės (enterobiozė).	481
Staigios kūdikio mirties sindromas (SKMS)	482
Staigus sąmonės praradimas.	483
Sukrėtimo sindromas.	485
Svetimkūniai	486
Šlapimo nelaikymas (enurezė).	487
Šlapimo takų infekcija	489
Šleivapėdystė	491
Švokštimas.	492
Temperatūros pakilimas (karščiavimas).	493

ANTRIEJI GYVENIMO METAI

Kodėl nepaleidžia mamos?	531
Priežiūros ypatumai	532
„Aš pats“ ir „ne“, arba Aš tampu savimi	536
Kairiarankis.	539
Vaikų drabužėliai ir avalynė.	541
Ankstyvasis vaikų dantų ėduonis.	545
Kada pirmą kartą nuvesti pas odontologą?	546
Higienos įgūdžių ugdymas.	548
Intymi higiena.	552
Kada ir kaip išmokyti prašyti ant puoduko?	553
Miegas ir jo baubai.	557
Žaislai ir žaidimai	560
Vaikas ir mobilusis telefonas, kompiuteris	562

TRETIEJI GYVENIMO METAI

Vaikų drabužėliai ir avalynė.	603
Apie dantukus.	604
Žaislai ir žaidimai.	605
Mankšta	607
Kaip kalba vaikas.	612
„Mamyte, aš išleidžiu tave“.	613
Kada į darželį?	615
Darželinuko sveikatos patikra.	617

Vaikas auga

Tikas	497
Toksokarozė.	499
Traukuliai	500
Tridienė karštinė (staigioji egzantema).	504
Trumpas liežuvių pasaitėlis.	505
Ūminis faringotonzilitas	506
Užspringimas (aspiracija).	508
Vaikų cerebrinis paralyžius.	511
Varpos galvutės ir apyvarpės uždegimas (balanopostitas).	515
Veido paralyžius.	516
Vėjaraupiai.	517
Vėmimas.	520
Viduriavimas.	520
Vidurių (pilvo) pūtimas	522
Vidurių užkietėjimas	524
Viršutinės lūpos ir (arba) gomurio nesuaugimas	526
Žvairumo priežastys ir korekcija	527

Vaikas ir televizorius	563
Lopšelis ar auklė?	564
Auklės paieškos.	564
Grūdinimas.	567
Paplūdimio „vidaus taisyklės“.	570
Mankšta.	572
Metas kalbėti.	576
Sveikas maistas vienų-šešerių metų vaikams	578
Penkių dienų valgiaraštis.	583
Sveiki užkandžiai.	587
Patiekalų gaminimas.	591
Apetito problema	598
Fizinė ir protinė raida.	599

Gerų valgymo įgūdžių ugdymas	618
Išrankus valgymas ir kaip jo išvengti.	620
Ką daryti, jei nevalgo kai kurių maisto produktų?	623
Apie paskatinimus ir bausmes, arba Kodėl vaikai neklauso.	625
Fizinė ir protinė raida.	631

VAIKAS AUGA

KETVIRTIEJI IR PENKTIEJI GYVENIMO METAI

Higienos įgūdžių ugdymas	635	Mažieji išminčiai ir jų nepatogūs klausimai... ..	648
Bijau dantų gydytojo	636	Vaizduotės ir krevių veidrodžių karalystėje ...	651
Žaislai ir žaidimai	637	Meluoja ar ne?	653
Vaikas ir kompiuteris	639	Kaip pripratinti prie darželio	655
Vaikas ir televizorius	640	Pirmosios draugystės - kištis ar nesikišti? —	659
Savireguliacija, arba Atsispyrimo pagundai testas	641	Vaikams palankus maistas	660
Mankšta	645	Dar kartą apie miegą	661
Kalba tobulėja	647	Fizinė ir protinė raida	663

ŠEŠTIEJI IR SEPTINTIEJI GYVENIMO METAI

Dantys keičiasi	667	Ar jau pasiruošęs mokyklai?	678
Žaislai ir žaidimai	669	Būsimo pirmoko sveikatos patikra	680
Vaikas ir mobilusis telefonas, kompiuteris ...	672	Meistriškumas ar menkavertiškumas?	681
Mankšta	675	Fizinė ir protinė raida	684
Moka reikšti mintis	678		

PIRMIEJI GYVENIMO

