

kwiecień spis treści

Wywiad „Twojego Dziecka”

- 12 Homeopatycznie, czyli jak?** Czy leki homeopatyczne naprawdę leczą? Na czym polega ich działanie? Pytamy o to lek. med. Joannę Gzik, pediatrę i homeopatę.

Ciąża, poród

- 16 Ginekolog położnik dr n. med. Bożena Kowalska** m.in. o badaniu USG w ciąży
- 16 5 mitów o jedzeniu w ciąży** Zobacz, jak teraz powinna zmienić się twoja dieta
- 18 Przetrwaj pierwszy trymestr** W początkowym okresie ciąży ryzyko poronienia jest największe

Karmienie

- 22 Klub Pokarm i Miłość** Wasze listy i historie, które napisało życie
- 24 Poradnia laktacyjna** Sprawdź co robić, żeby utrzymać laktację na odpowiednim poziomie
- 26 Kącik butelkowy** W jakie cenne składniki wzbogaca się mieszanki modyfikowane?

Noworodek

- 28 Neonatolog prof. Ewa Helwich** m.in. o plamach naczyniowych u dziecka
- 28 Supermleko z internetu** Sprzedaż naturalnego pokarmu jest nieetyczna, jego pozyskiwaniem i dystrybucją powinny zajmować się banki mleka
- 30 Co słycać w małym brzuszku?** O czym mogą świadczyć bóle i bulgotki

ABC pierwszego roku

- 32 Pediatra prof. Kamil Hozyasz** m.in. o przedłużającym się kaszlu
- 32 Domowe pułapki** Wyeliminuj je
- 34 Maluszek przy stole!** Karmić łyżeczką czy pozwolić na jedzenie rączkami?
- 36 A ja rosnę!** Sprawdź, co słycać u trzymiesięcznej Oli
- 38 Oczka zmruż – i już?** Chciałybyśmy, aby usypianie malucha było takie proste!
- 40 Szukanie wiosny** Przegląd spacerowych gadżetów

Tematy z okładki



40 Co się przyda na spacerze z maluszkiem?



46 Wielkanocne dania dla dziecka nie muszą być nudne, ale powinny być pełne witamin. Mamy na nie pomysły!

POPIERAJĄ NAS Stale współpracujemy z prestiżowymi instytucjami i organizacjami.



POLSKIE
TOWARZYSTWO
PEDIATRYCZNE



KOMITET
UPOPOWSZECHNIANIA
KARMIENIA
PIERSIĄ



CENTRUM
ZDROWIA
DZIECKA



STOWARZYSZENIE
NA RZECZ
NATURALNEGO
RODZENIA I KARMIENIA

fundacja przyjaciółka

babyonline.pl

niania.pl

W tym numerze znajdziecie rady naszych specjalistów:



Katarzyna Klepacz, ratownik medyczny, radzi, jak przygotować mieszkanie na

pojawienie się najmłodszego członka rodziny. Podpowiada, jak uniknąć w domu wypadków z dziećmi, np. oparzeń albo urazów głowy. **STR. 32**



Prof. dr n. med. Kamil Hozysz, pediatra, przekonuje, że dziecko po pierwszych urodzinach

wcale nie powinno jeszcze jeść jak dorosły. Zobacz, jakie produkty powinny znaleźć się w jego diecie i w jakich ilościach. **STR. 44**



Dr n. med. Krzysztof Piwowarczyk, pediatra, tłumaczy, jak podawać dziecku

lekarstwa, żeby leczenie było skuteczne. To ważne – jak się okazuje np. antybiotyków nie powinno się popijać mlekiem, bo mogą nie zadziałać. **STR. 56**



Dr hab. n. med. Dorota Jenerowicz, dermatolog, wyjaśnia, jak leczyć atopowe

zapalenie skóry. To schorzenie jest coraz częstsze: już co czwarte dziecko boryka się z łagodniejszą albo cięższą postacią AZS. **STR. 60**

Zdrowy maluch

- 52 Alergolog prof. Mieczysława Czerwionka-Szaflarska** m.in. o diecie eliminacyjnej i teście prowokacji
- 52 Ospa atakuje** To nieprawda, że trzeba ją przechorować – czasem ospa jest bardzo groźna
- 54 Katar za katarzem** Można wzmacniać dziecięcą odporność, ale też można ją niechcący osłabiać
- 56 Z aptekarską dokładnością** Podawanie dziecku leków to sztuka, której trzeba się nauczyć
- 58 Żołądkowe rewolucje** Jak leczyć biegunki i wymioty u malucha?
- 60 Co już wiemy o AZS?** Nie zawsze idzie w parze z alergią, nie zawsze leczy się je sterydami

Wychowanie bez porażek

- 64 Pedagog Agnieszka Galica** m.in. o potrzebie powtarzalności u dziecka
- 64 TV dla maluszków? Ale po co!** Telewizja może przeszkadzać w dobrym rozwoju
- 68 Spacerek bez aferek** Jak uniknąć awantur
- 70 Nie chcę śmigusa dyngusa** Prof. Anna Brzezińska i dr Joanna Urbańska rozwiązują problemy rodziców
- 72 Kultura dla małych** Piękne książki i mądre rozrywki dla całej rodziny

Jesteś mamą

- 74 Psycholog dr Julita Wojciechowska** o tym, jak wspierać dziecko po rozwodzie rodziców
- 74 Planowanie długoterminowe** Nowoczesne metody antykoncepcji dla kobiet
- 76 Co pomoże na rozstępy?** Krem to nie wszystko
- 78 Oczy dookoła głowy** Sprawdzamy, co słychać w świecie mam



64

Telewizor to nie niania – maluch nie powinien mieć z nim zbyt dużo do czynienia.

EKSTRA STRONY O DIECIE MALUCHA

AKADEMIA ZDROWEGO KARMIENIA

NASI EKSPERCI WYJAŚNIAJĄ

- Po co dziecku nienasycone kwasy tłuszczowe
- Jak powinna wyglądać dieta dziecka, które skończyło pierwszy rok życia
- Co zaproponować maluchowi, aby jedzenie nie było... nudne

str. 41



Jak co miesiąc

- 8 PYTACIE – ODPOWIADAMY** Rady ekspertów
- 10 WASZE LISTY I MEJLE** Piszcie do nas
- 51 PRODUCENCI POLECAJĄ** Nowości rynkowe
- 80 WITAJ** Zdjęcia waszych pociech
- 81 KONKURS NA FELIETON** W kształcie serca
- 82 FELIETON NIEIDEALNEJ MATKI** Herbata na katar
- 83 PRENUMERATA** Możesz mieć aż dwa miesięczniki!