

W tym numerze znajdziecie rady naszych specjalistów:



Dr n. med. Bożena Kowalska, ginekolog, wyjaśnia, jaką rolę pełni ból porodowy.

Tłumaczy także, że nie zawsze kobieta potrzebuje znieczulenia, ponieważ nierzadko bywa tak, że sama jest w stanie poradzić sobie z bólem. **STR. 12**



Dr inż. Anna Harton, dietetyk, podpowiada, co należy włączyć do jadłospisu

dziecka, by jego dieta z jednej strony była wartościowa, a z drugiej łatwostrawna. Ważny będzie m.in. błonnik i zdrowe tłuszcze. **STR. 34**



Dr n. med. Alicja Karney, pediatra, wylicza, na jakie cechy dziecięcej główki lekarz

będzie zwracał uwagę podczas wizyty kontrolnych. Uspokaja też, że pozornie nieproporcjonalna wielkość głowy noworodka ma wielki sens. **STR. 42**



Justyna Świąćka, psycholog, komentuje, dlaczego wbrew pozorom

pojawienie się dziecka nie zawsze spaja relacje w związku, ale przeciwnie: może je popsuć. Kryzysu można uniknąć – ale do tego potrzebne będą chęci obojga rodziców. **STR. 52**

przeżytaj we wrześniu:

Wywiad „Twojego Dziecka”

8 Przepis na zdrową skórę Dr Dorota Jenerowicz, dermatolog, tłumaczy, dlaczego skórnych problemów jest – i będzie – coraz więcej

Ciąża, poród

12 Ginekolog położnik dr Marzena Jurczak-Czaplicka m.in. o ciążyowych problemach z seksem

12 Jak bardzo boli poród? To zależy także od ciebie

14 Ważny jak jod Poznaj działanie tego minerału

Karmienie

16 Klub Pokarm i miłość Wasze listy i historie, które napisało życie

18 Poradnia laktacyjna Rady na zastój pokarmu

20 Kącik butelkowy Mieszanka kontra alergja

Noworodek

22 Neonatolog prof. Ewa Helwich m.in. o tym, czy noworodek potrzebuje monitora oddechu

22 Początek w wielkim stylu Jak zorganizować życie w pierwszych tygodniach po porodzie?

24 Czy ono widzi? Sprawdź, na co zwrócić uwagę

ABC pierwszego roku

26 Pediatra prof. Kamil Hozyasz m.in. o czkawce u niemowlęcia

26 10 rad na dobry sen Pomóż maluchowi zasnąć i spokojnie przespać noc

28 Gadu-gadu Nasz cykl o rozwoju dziecka, a w nim malutka (i rozgadana!) Ola Bielecka i jej mama

30 Skok do przodu Co to są skoki rozwojowe?

32 Koło za kołem Przegląd wózków

Zdrowy maluch

42 Alergolog prof. Mieczysława Czerwionka-Szaflarska m.in. o tym, jak inhalować malucha

42 Wiedza z głowy Wielkość główki, tempo zarastania ciemiączka – dla lekarza to bardzo ważne informacje

44 Takie niespokojne, bo... Zły humor dziecka może być np. pierwszym objawem choroby albo efektem szczepienia. Jak mu wtedy pomóc?

EKSTRA STRONY O DZIECI MALUCHA

AKADEMIA ZDROWEGO KARMIENIA

NASI EKSPERCI WYJAŚNIAJĄ

- Co to tak naprawdę znaczy określenie: dieta łatwostrawna**
- Jakie soki – i ile – może pić maluch**
- Jak przyrządzać ryby, żeby były smaczne i zdrowe**



str. 33

Wychowanie bez porażek

46 Pedagog Agnieszka Galica m.in. o mokrych „wpadkach” podczas zabawy

46 Rysuj, będziesz wielki Jakie korzyści płyną z rysowania – na kartce, a nie na tablicie?

48 Wakacje poza sezonem Prof. Anna Brzezińska i dr Joanna Urbańska rozwiewają wątpliwości rodziców

50 Kultura dla małych Mądre książki i rozrywki

Jesteś mamą

52 Psycholog dr Julita Wojciechowska o więzi z dzieckiem i delegacjach pracującej mamy

52 Trójka w kryzysie Narodziny dziecka paradoksalnie mogą wywołać kryzys w związku

54 Suchooo... Ratujemy przesuszone włosy, dłonie, stopy

Jak co miesiąc

6 PYTACIE – ODPOWIADAMY Rady ekspertów

41 PRODUCENCI POLECAJĄ Nowości rynkowe

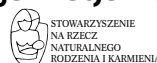
56 WITAJ Zdjęcia waszych pociech

57 KONKURS NA FELIETON Lekcja świadomości

58 FELIETON NIEIDEALNEJ MATKI Wojownicza księżniczka

59 PRENUMERATA Złap okazję, skorzystaj z niskiej ceny!

POPIERAJĄ NAS Stale współpracujemy z prestiżowymi instytucjami i organizacjami.



MAGAZYN INTERAKTYWNY



Oznaczyliśmy materiały, w których znajdziesz dodatkowe treści multimedialne