







# Zdravé a nemocné dítě

## Od početí do puberty

### 2. aktualizované a doplněné vydání



-  Nemoci novorozenců
-  Poradna pro kojence
-  Diagnostika
-  Různé druhy onemocnění
-  Úrazy, otravy, alergie
-  První pomoc a léčba

Petr Olchava

# Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

*Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.*





Copyright © Grada Publishing, a.s.

**MUDr. Petr Olchava**

## **ZDRAVÉ A NEMOCNÉ DÍTĚ**

**Od početí do puberty**

**2. aktualizované a doplněné vydání**

Vydala Grada Publishing, a.s.  
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7  
tel.: +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400  
[www.grada.cz](http://www.grada.cz)  
jako svou 2958. publikaci

Odpovědná redaktorka Josef Josefík  
Sazba a zlom Milan Vokál  
Počet stran 256  
Vydání 1., 2007

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.  
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2007  
Cover Photo © isifa.com

**ISBN 978-80-247-1847-7** (tištěná verze)  
**ISBN 978-80-247-6317-0** (elektronická verze ve formátu PDF)  
© Grada Publishing, a.s. 2011



# Obsah

<b>ÚVOD</b> . . . . .	<b>13</b>
<b>NEŽ SE MIMINKO NARODÍ</b> . . . . .	<b>17</b>
Ještě před oplozením vajíčka . . . . .	17
Těhotenství . . . . .	18
Životní styl . . . . .	19
Výživa . . . . .	19
Návyky . . . . .	20
Příprava k porodu . . . . .	22
<b>POROD</b> . . . . .	<b>25</b>
Porod doma . . . . .	25
Porod do vody . . . . .	26
Atypické porodní polohy . . . . .	27
Porod císařským řezem . . . . .	27
Porod kleštěmi . . . . .	28
Porod vakuumextraktorem – zvonem . . . . .	28
Porod koncem pánevním . . . . .	28
Vícečetný porod . . . . .	29
<b>PO PORODU</b> . . . . .	<b>31</b>
Novorozenecké oddělení . . . . .	31
S čím se může matka na novorozeneckém oddělení setkat . . . . .	33
Po příchodu domů . . . . .	34
<b>ZDRAVÝ NOVOROZENEC</b> . . . . .	<b>37</b>
Jak vypadá . . . . .	37
Ošetřování novorozence . . . . .	41
Výživa novorozence a kojení . . . . .	46
Jak správně kojit . . . . .	47
Jak často kojit . . . . .	47



Kolik by mělo dítě vypít . . . . .	48
Jak dlouho kojit . . . . .	49
Některé problémy v období kojení . . . . .	50
<b>NEMOCI NOVOROZENCŮ . . . . .</b>	<b>53</b>
Vrozené vady . . . . .	53
Příčiny vrozených vad . . . . .	54
Vrozené vady nervového systému . . . . .	55
Hydrocefalie . . . . .	55
Mikrocefalie . . . . .	55
Rozštěpy páteře . . . . .	56
Vrozené vady v oblasti hlavy . . . . .	56
Vrozená neprůchodnost nosu . . . . .	56
Rozštěp rtu, zubního oblouku a patra . . . . .	57
Vrozené vady dýchacích cest . . . . .	58
Vrozené vady srdce . . . . .	58
Vrozené vady zažívacího systému . . . . .	60
Neprůchodnost jícnu . . . . .	60
Neprůchodnost některé části dvanáctníku a střeva . . . . .	61
Neprůchodnost konečníku . . . . .	61
Vrozené vady močového systému . . . . .	62
Vrozené vady genitálu . . . . .	63
Chlapci . . . . .	63
Dívky . . . . .	64
Vrozené vady končetin . . . . .	64
Nadpočetné prsty ruky a nohy . . . . .	65
Rozdvojení posledních článků prstů . . . . .	65
Srostlé prsty . . . . .	65
Pes equinovarus – koňská noha . . . . .	66
Postižení kyčelního kloubu . . . . .	67
Postižení nožek a hlezenních kloubů . . . . .	68
Pes calcaneovalgus . . . . .	68
Genetické poradenství . . . . .	69
Poporodní poranění . . . . .	71
Kefalhematom: krvácení pod okostici lebečních kostí . . . . .	71

---

Zlomenina klíční kosti . . . . .	72
Krvácení do spojivek . . . . .	72
Porodní nádor . . . . .	73
Obrna horních končetin . . . . .	73
Obrna lícního nervu . . . . .	74
Nezralý novorozenec . . . . .	74
Některé problémové oblasti u extrémně nezralých novorozenců . . . . .	75
Krvácení do mozku . . . . .	75
Retinopatie . . . . .	76
Pneumopatie . . . . .	77
<b>PREVENTIVNÍ PÉČE . . . . .</b>	<b>79</b>
Preventivní péče . . . . .	79
Dispenzární péče . . . . .	80
Poradna pro kojence . . . . .	81
Očkování . . . . .	82
Budoucnost očkování . . . . .	85
Nežádoucí účinky očkování . . . . .	86
Kontraindikace očkování: kdy se nesmí dítě očkovat . . . . .	86
Psychomotorický vývoj . . . . .	87
Orientační tabulky psychomotorického vývoje . . . . .	90
Růst dítěte . . . . .	93
Tělesná váha . . . . .	93
Tělesná výška . . . . .	94
Obvod hlavy . . . . .	94
Proporcionalita . . . . .	95
Percentilové grafy . . . . .	95
Obezita . . . . .	100
Léčení obezity . . . . .	102
Dieta při obezitě . . . . .	103
Dětská obuv . . . . .	104
Batolata a předškolní děti . . . . .	105
Školní děti . . . . .	105
Spánek . . . . .	106
Pravidla zdravého spánku . . . . .	107



Batolata a předškolní děti . . . . .	108
Školní děti . . . . .	108
Pubertální jedinci . . . . .	108
Výživa kojence v 1. roce života . . . . .	109
Období výlučně mléčné výživy – plně kojené dítě . . . . .	109
Umělá výživa . . . . .	109
Zásady umělé výživy . . . . .	110
Příkrmování a přechod na umělou výživu . . . . .	110
Období s nemléčnými přísadkami: 5.–8. měsíc věku dítěte . . . . .	111
Jídelníček předškolních a školních dětí . . . . .	113
<b>DIAGNOSTIKA ONEMOCNĚNÍ . . . . .</b>	<b>115</b>
Anamnéza . . . . .	115
Vyšetřovací metody – pohled, pohmat, poslech, čich . . . . .	116
Laboratorní vyšetření . . . . .	117
RTG – rentgenová vyšetření . . . . .	118
Ultrazvukové vyšetření – sonografie . . . . .	118
Magnetická rezonance . . . . .	119
Elektrofyzilogická vyšetření . . . . .	119
EKG – elektrokardiografie . . . . .	119
EEG – elektroencefalografie . . . . .	120
Spirometrie . . . . .	120
Endoskopická vyšetření . . . . .	120
Mikrobiologická vyšetření . . . . .	121
Konziliární vyšetření – vyšetření odborníky . . . . .	121
<b>NEMOCNÉ DÍTĚ . . . . .</b>	<b>123</b>
Teplota . . . . .	123
Zvýšená teplota . . . . .	123
Léčba dítěte s teplotou . . . . .	125
<b>ONEMOCNĚNÍ DÝCHACÍCH CEST . . . . .</b>	<b>127</b>
Kašel . . . . .	127
Nejčastější onemocnění dýchacích cest . . . . .	130
Rýma . . . . .	130
Zánět vedlejších nosních dutin – sinusitida . . . . .	131



Angína . . . . .	132
Laryngitida – zánět hrtanu . . . . .	133
Epiglottitida – zánět příklopky hrtanové . . . . .	134
Bronchitida – zánět průdušek . . . . .	135
Pneumonie – zápal plic . . . . .	136
Astma bronchiale – průduškové astma . . . . .	137
<b>ONEMOCNĚNÍ ZAŽIVACÍCH ORGÁNŮ . . . . .</b>	<b>139</b>
Zvracení . . . . .	139
Příčiny zvracení . . . . .	139
Léčba zvracení . . . . .	141
Zvracení u novorozenců a mladších kojenců . . . . .	142
Průjem . . . . .	142
Dieta . . . . .	143
Zácpa . . . . .	146
Problém zácpy . . . . .	146
Příčiny zácpy . . . . .	147
Projevy zácpy . . . . .	147
Léčení zácpy . . . . .	147
Bolesti břicha . . . . .	149
Vnímání bolesti . . . . .	149
Nejčastější příčiny bolestí břicha . . . . .	150
Zánět slepého střeva – appendicitida . . . . .	152
Střevní paraziti . . . . .	153
Roup dětský . . . . .	153
Škrkavka dětská . . . . .	154
Kýly . . . . .	154
Druhy kýl . . . . .	155
Speciální typy kýl . . . . .	159
<b>KOŽNÍ ONEMOCNĚNÍ . . . . .</b>	<b>161</b>
Projevy kožních nemocí . . . . .	162
Opruzení . . . . .	163
Seboroický zánět kůže . . . . .	163
Kojenecký ekzém . . . . .	164
Molluscum contagiosum . . . . .	165



Verruca – bradavička . . . . .	166
Hemangiomy – krevní nádorky . . . . .	166
<b>ÚRAZY DĚTSKÉHO VĚKU . . . . .</b>	<b>169</b>
Léčba úrazu . . . . .	171
Dítě v autě . . . . .	173
<b>OTRAVY . . . . .</b>	<b>175</b>
Otravy u malých dětí . . . . .	175
Otravy u adolescentů . . . . .	176
Otrava houbami . . . . .	178
<b>KŘEČE . . . . .</b>	<b>181</b>
Epilepsie . . . . .	182
Celkové záchvaty s poruchou vědomí – grand mal . . . . .	182
Celkové záchvaty bez poruchy vědomí . . . . .	183
Křeče při teplotě . . . . .	184
Afektivní záchvaty . . . . .	185
Jiné příčiny křečových stavů . . . . .	186
<b>ALERGIE . . . . .</b>	<b>187</b>
Co je to alergie . . . . .	187
Jaké známe alergeny . . . . .	188
Nejčastější alergická onemocnění . . . . .	189
Senná rýma – pollinosis . . . . .	189
Astma . . . . .	189
Ekzém . . . . .	190
Potravinová alergie . . . . .	190
<b>ONEMOCNĚNÍ LEDVIN . . . . .</b>	<b>193</b>
Funkce ledvin . . . . .	194
Normální funkce močového ústrojí . . . . .	195
Onemocnění ledvin a močového systému . . . . .	196
Cystitida – zánět močového měchýře . . . . .	197
Záněty ledvin . . . . .	198
Bakteriální zánět ledvin – pyelonefritida . . . . .	198
Glomerulonefritida . . . . .	199
Pomočování – enuresis nocturna . . . . .	199

<b>INFEKČNÍ NEMOCI</b> . . . . .	<b>203</b>
Spála . . . . .	205
Varicella – plané neštovice . . . . .	206
Parotitida – příušnice . . . . .	207
Salmonelóza . . . . .	209
Rubeola – zarděnky . . . . .	210
Chřipka . . . . .	211
Toxoplazmóza . . . . .	212
Borrelióza lymeská . . . . .	213
Kampylobakterové nákazy . . . . .	214
Meningokokový zánět mozkových blan . . . . .	215
<b>ONEMOCNĚNÍ OČÍ</b> . . . . .	<b>217</b>
Zánět spojivek . . . . .	217
Šilhání – strabismus . . . . .	218
Poruchy vidění . . . . .	219
Krátkozrakost – myopie . . . . .	220
Dalekozrakost – hypermetropie . . . . .	221
Astigmatismus . . . . .	221
<b>ONEMOCNĚNÍ UŠÍ</b> . . . . .	<b>223</b>
Zevní ucho . . . . .	224
Střední ucho . . . . .	224
Vnitřní ucho . . . . .	224
Mozkový analyzátor . . . . .	224
Onemocnění ucha . . . . .	225
Zánět středního ucha – otitida . . . . .	225
<b>LÉČBA ONEMOCNĚNÍ</b> . . . . .	<b>227</b>
Druhy lékových forem . . . . .	227
Tablety . . . . .	227
Dražé . . . . .	228
Prášky . . . . .	228
Kapky . . . . .	228
Sirupy . . . . .	228
Čípky . . . . .	228



Spreje . . . . .	229
Inhalátorky . . . . .	229
Injekce . . . . .	229
Masti . . . . .	229
Zásypy . . . . .	230
Méně obvyklé formy . . . . .	230
Nejpoužívanější léky v dětském věku . . . . .	230
Antibiotika – ATB . . . . .	230
Antipyretika – ATP . . . . .	231
Antitussika – léky proti kašli . . . . .	232
Antihistaminika . . . . .	233
Nosní kapky . . . . .	234
Oční léky . . . . .	235
Ostatní léky častěji užívané v dětské péči bez specifikace skupin . . . . .	235
<b>PRVNÍ POMOC . . . . .</b>	<b>237</b>
Základní opatření při poskytování první pomoci . . . . .	237
Klid . . . . .	237
Informace . . . . .	237
Zhodnocení situace . . . . .	238
Určení priorit . . . . .	238
Použití zdravotnických pomůcek . . . . .	238
Péče o životní funkce . . . . .	239
Krvácení . . . . .	241
Spálenina . . . . .	243
Poleptání . . . . .	243
Omrzliny . . . . .	243
<b>LÉKAŘ, PACIENT A ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA . . . . .</b>	<b>245</b>
Registrace pacienta u zdravotní pojišťovny . . . . .	245
Registrace pacienta u dětského lékaře . . . . .	245
Placení zdravotní péče . . . . .	246
<b>REJSTRÍK . . . . .</b>	<b>251</b>



# Úvod

Tato stručná kniha není ani literárním dílem, ani učebnicí, která by rodiče zcela připravila na všechny situace, se kterými se mohou v péči o dítě setkat.

Jejím cílem je ukázat z pohledu lékaře, který má 25 let praxe v péči o nemocné i zdravé děti, na nejčastější situace související se zdravím dětí. Vycházím ze svých zkušeností s dětmi i matkami, z dotazů matek, jejich zkušeností a často neomezenou bezbranností, danou jejich věkem nebo vzděláním.

Denně jsem ve své ordinaci, na dětském oddělení, v porodnici i při rozhovorech s rodiči narážel na nedostatek času vysvětlit všechno, co by maminka nemocného dítěte měla vědět, měl jsem potřebu tyto informace poskytnout, ale neměl jsem jak.

Kniha by měla zaplnit mezeru v sortimentu vydávaných titulů, které jsou většinou překlady ze zahraniční literatury, jsou vybaveny perfektními obrázky, jsou výpravné a patřičně drahé. Jde mi o jednoduché vyjadřování bez záplavy cizích slov, o možnost jednoduchého vyhledání problému a nalezení potřebných základních informací.

Některé názory jsou nutně subjektivní a nemusí vždy vyjadřovat momentální módní trendy, protože mou snahou je vyhýbat se extrémům a v zavádění novinek si počkat až na jejich ověření delší praxí.

Jedinou útěchou a uspokojením mi bude, když kniha nebude ležet na policích knihkupectví, ale bude patřičně osahaná matkami, které ji budou číst, a jednou za mnoho let, až budou dělat úklid v domácí knihovničce, si vzpomenou, že právě ona jim pomohla překonat problémy při výchově jejich dítěte.

O zvláštní shovívavost žádám kolegy lékaře, hlavně na pracovištích věhlasných klinik, kterým se můj přístup může jevit příliš zjednodušujícím, i těm ro-

dičům, kterým bude text připadat příliš složitý. Obě skupiny budou mít pravdu, protože napsat odborný text pro všechny je obrovský problém.

**Pro ty, kteří úvody zásadně nečtou, doporučuji přečíst si následující řádky, které se mi podařilo získat z anonymně kolujících zdrojů.**

**Těm, kteří po přečtení následujících řádek budou i nadále toužit po dítěti, držím palce a přeji, aby moje rady nikdy nepotřebovali.**

Pokud chcete zjistit, jestli jste na vznešené rodičovské poslání dobře připraveni, řiďte se následujícími pokyny:

- ▶ Abyste si vyzkoušeli, jak to bude vypadat v noci, procházejte se denně od pěti odpoledne po obývacím pokoji a na rameni držte mokrou tašku o váze 3–6 kg. V deset si jděte lehnout, ale přesně o půlnoci vstaňte a pochodujte až do jedné. Pak si nařídte budík na třetí hodinu ranní. Protože neusnete, ve dvě vstaňte a dejte si panáka. Ve tři čtvrtě na tři ale určitě běžte do postele. Až začne budík zvonit, hbitě vyskočte, ale nerozsvěcujte. Do čtyř hodin zpívejte ukolébavky, potom si budíka nařídte na pátou. Vstaňte a uvařte snídani. Dělejte to pět let. Tvařte se přitom vesele.
- ▶ Vezměte meloun a vydlabejte jej. Pak v něm vyvrtejte otvor velikosti ping-pongového míčku, zavěste ho na provázku ke stropu a rozhoupejte. Vezměte misku krupičné kaše a zkuste ji po lžičkách do melounu vpravit. Musíte však předstírat, že jste letadlo, to znamená, že byste měli vrčet a dělat lžičkou kroutivé pohyby. Vytrvejte, dokud polovina kaše nezmizí v melounu, a potom si zbytek vylijte do klína. Pokud jste to zvládli, jste připraveni na krmení ročního miminka. Abyste se přichystali i na batole, pomažte pohovku nějakou marmeládou a všechny záclony zapatlejte džemem. Za rádio hodte chleba s máslem a několik měsíců ho tam nechejte.
- ▶ Oblékání malých dětí není tak snadné, jak se na první pohled zdá. K nácviку potřebujete chobotnici a síťovou tašku. Pokuste se nastrkat chobotnici do tašky tak, aby žádné chapadlo neviselo ven. Máte na to celé odpoledne.

- ▶ Zapomeňte na sportovní automobil a kupte si kombík. A nemyslete si, že s ním budete moci parkovat před domem. Chcete-li vidět, jak bude vypadat, kupte kornout čokoládové zmrzliny a položte ho do přihrádky pod přístrojovou deskou. Pak do přehrávače strčte minci, roztlučte rodinné balení čokoládových sušenek a drobky vysypte na zadní sedadlo. Nakonec přejedte kapotu po obou stranách hráběmi. To by snad stačilo.
- ▶ Návlek na procházku: Oblečte se a půl hodiny čekejte před záchodem. Pak vyjděte před domovní dveře, ale hned nato se vraťte. Totéž opakujte ještě dvakrát. Pak několikrát jděte k brance a zase zpátky k domu. Nakonec vyjděte na chodník a pět minut se velmi pomalu procházejte. Podrobně zkoumejte každý vajgl, žvýkačku, papírový kapesník a mrtvého brouka, které najdete. Občas se o pár metrů vraťte, a pak teprve pokračujte dál. Po celou dobu si pokládejte otázku „proč?“ na všechno, co vás jenom může napadnout, pokaždé vlídně odpovězte, nejraději několikrát. Ve chvíli, kdy zvrátíte hlavu a začnete ječet, že už to dál nevydržíte ani minutu, jste připraveni vzít dítko na procházku. Reakcí sousedů si nevěšímejte.
- ▶ Běžte do supermarketu. Vezměte si s sebou něco, co se podobá předškolnímu dítěti. Ideální je dospělá koza. Plánujete-li více dětí, pak jedna koza nebude stačit. Kozy nesmějí být na vodítku. Obstarejte si nákup na celý týden, aniž byste z nich spustili zrak. Uhradte všechno, co snědí nebo zničí.
- ▶ Naučte se nazpaměť jména všech postaviček z dětských večerníčků, Křemílkem počínaje a Disneyovými figurkami konče. Až se v koupelně přistihnete, že zpíváte úvodní melodie těchto seriálů, budete na rodičovství dokonale připraveni.
- ▶ Všechno, co řeknete, minimálně pětkrát zopakujte.
- ▶ Pro případ, že chcete mít i děti v pubertě, berte všechny dosavadní příklady jenom jako opravdu veselé a podařené vtipy. Skutečnost předčí všechna očekávání.
- ▶ Ještě než učiníte konečné rozhodnutí, zajděte na návštěvu k nějakým nešťastníkům, kteří mají dvojčata. Proberte s nimi chyby, kterých se podle vašeho názoru dopustili, a vysvětlete jim, jak by měli postupovat. Nezapom-



meňte pohovořit o trpělivosti a důslednosti, bez nichž žádný rodič ničeho nedosáhne. Navrhněte jim, jak by měli své ratolesti naučit chodit na nočník, jíst příborem, poslouchat a chodit do postele bez odmlouvání. Vychutnejte si to – bude to naposledy, kdy budete mít na všechno odpověď.



# Než se miminko narodí

## Ještě před oplozením vajíčka

Bylo by skvělé, kdyby tyto řádky četli mladí lidé, kteří chtějí založit rodinu. Je to velmi nepravděpodobné, protože pokud je někdo bude číst, pak spíše těhotná maminka nebo rodiče právě narozeného dítěte.

Vím, že láska je mocná čarodějka a dobře míněné rady okolí, rodičů, lékaře a mediální informace málokdy dopadnou na úrodnou půdu. Zamilovaní jsou hluší, slepí a neschopní soudného jednání. Až zamilovanost přejde a přijde na řadu normální život se všemi nástrahami, je pak většinou marné chtít vrátit běh událostí zpátky a s pláčem si v náručí maminky stěžovat na nepřízeň osudu.

### **Kdyby zcela náhodou někdo chtěl několik rad před založením rodiny, zde jsou:**

- Při výběru budoucího partnera mějte stále v koutku mysli zabudován fakt, že geneticky zakódované informace se přenášejí do dalších pokolení a jen některé z nich jsou ovlivnitelné výchovou a prostředím.
- Než se s někým vyspíte, snažte se jej nejdříve blíže poznat.
- Když už s někým spíte, pak používejte antikoncepci. Především v případě, že nechcete neplánovaně otěhotnět.
- Zakládejte rodinu až v případě, že jste schopni ji uživit a máte kde bydlet.
- Pokud máte vážnou známost, snažte se dozvědět co nejvíce o zdravotním stavu partnera, možných vrozených chorobách v jeho rodině.
- Poznejte zvyky svého partnera. Alkohol, drogy, gamblerství a promiskuita nejsou to nejlepší věno do manželství.
- Nikdy nevěřte alkoholikovi, závislému na drogách, gamblerovi a děvkaři, že se polepší a už to nikdy neudělá.



- Dobře si všimněte, jaký má váš partner vztah k malým dětem a zvířatům, je velmi pravděpodobné, že podobný vztah bude mít k vám a vašemu dítěti.
- Všimněte si, jaké jsou v rodině budoucího partnera vztahy mezi rodiči a dětmi, mezi sourozenci navzájem, opět je velmi pravděpodobné, že se negativní vlastnosti projeví i v životě s vámi.
- Nemyslete si, že když s někým chodíte do kina, na procházky, rande a občas se s ním vyspíte, že jej znáte. Opak je pravdou.
- Je-li to možné, jedte na delší dovolenou pod stan, do nepohody, nebo chvilku žijte ve společné domácnosti. Jedině tak máte šanci se trochu poznat.
- Poznejte, jak váš partner hospodaří s penězi a jaké má koníčky a zájmy.
- Pokud zjistíte nějakou zásadní neshodu, která by vám zásadně vadila, nepočítejte moc s tím, že vy partnera převychováte.
- Než se rozhodnete pořídit si miminko, zvažte, zda jste už na tak zodpovědnou úlohu dostatečně zralí, jestli není ještě lepší chvilku žít, vstřebávat zkušenosti, poznávat možné potenciální partnery.
- Když už je jednou miminko na světě, je pozdě lamentovat nad svým osudem a smůlou, je nutno je vychovávat.

## Těhotenství

Těhotenství by mělo být nejšťastnějším obdobím života ženy, která je připravena ke splnění svého vrozeného poslání porodit potomka. Těhotenství přináší do mladé rodiny řadu změn, které všechny směřují ke dni porodu.

Tělo budoucí maminky se mění. Vlivem hormonálních změn se mění charakter pleti, vlasů, zvětšují se prsa i ostatní tělesné proporce ženy. V souladu s těmito změnami se mění i psychika, žena je prostě celá jiná. Tatínků se sice většinou netýkají tělesné změny, ale změna klimatu v rodině vede i u nich k chování, které je odlišné od normálního běžného života.

Je několik problémových oblastí, na které by se měla budoucí maminka v průběhu těhotenství připravit.