

# Saturs

Priekšvārds	9
GRŪTNIECES IKDIENA	111
<i>Uzturs</i>	12
Vispārīgā daļa	12
Svars	16
Minerālvielas	19
Vitamīni	22
Dzērieni	26
<i>Infekcijas</i>	30
Vispārīgā daļa	30
Saaukstēšanās un gripa	32
Bērnu slimības	33
Dažādas ģenitālā apvidus infekcijas	38
Tokso plazmoze	42
Pārtikas produktu infekcijas	46
<i>Fiziska slodze</i>	50
Vispārīgā daļa	50
Dzimumdzīve	53
Sports	56
Ceļošana	63
<i>Garīga slodze un bailes</i>	70
<i>Vides faktori</i>	72
Smēķēšana	72

Alkohols	75
Narkotikas	77
Medikamenti	78
Ķīmikālijas	95
Kosmētika	98
Starojums	100
Karstums	107
Troksnis	110

<i>Gatavošanās dzemdībām</i>	111
------------------------------	-----

DAŽĀDAS ĪPATNĪBAS UN SŪDZĪBAS NO A LĪDZ Z	117
---	-----

Ādas un matu struktūras izmaiņas	118
Agrīnā grūtniecības stadija	121
Aizcietējumi	122
Aizmāršība	124
Ārpusdzemdes grūtniecība	124
Asinsspiediens, paaugstināts	125
Asinsspiediens, pazemināts	126
Asiņošana	127
Asiņošana no deguna	128
Astma	129
Augļa apvalka plīsums, priekšlaicīgs plīsums	130
Auglūdēns daudzums	130
Bērna guļa	132
Bezmiegs	134
Caureja	136
Dvīņi/ trīņi	138
Deguns, aizlikts	140
Dzemde	140
Dzemes kakls, saīsinājies	141
Dzemes mutes vājums	142

Dzemdību sāpes	143
Edēma	144
Elpas trūkums	148
Epilepsija	149
Galvas sāpes	150
Garastāvokļa maiņa	151
Grēmas	152
Grūtniecības diabēts	155
Grūtniecības pārtraukšana	156
Grūtnieču strijas	156
Grūtniecības toksēmija	158
Hematoma	159
Hemoroidi	160
Ikru krampji	161
Išiass	163
Izdalījumi	164
Izsalkums kā vilkam	165
Karstuma viļņi	166
Kāre pēc dažādām garšām	167
Kaunuma kauls, vaļiņš	168
Krākšana	169
Krūšu izmaiņas	169
Ķeizargrieziens iepriekšējā grūtniecībā	171
Mātes vecums	173
Mazuļa kustības punci	174
Mioma	176
Muguras sāpes	176
Naba	179
Nelabums	179
Nieze	182
Nogurums	183
Oža/garša, saasināta	185

Paternitāte	186
Pavēderē velkoša sajūta	187
Placentas sarežģījumi	188
Redzes izmaiņas	190
Reibonis	192
Rēzus nesaderība	194
Ribu sāpes	195
Riska grūtniecība	195
Salstošas kājas	196
Siekalu izdalīšanās	197
Sirdsklauves	198
Smērējumi, asiņaini	198
Spontānais aborts	200
Tirpšana	201
Urīna nesaturēšana	202
Vēdera pūšanās	204
Vēnas, paplašinātas	206
Zobu problēmas	209

IZMEKLĒJUMI	213
Vispārīgā daļa	214
Ultraskaņa	216
Prenatālā diagnostika	222