

8 Priekšvārds

10 Ievads

Pirmais gads

Jaundzimušais

1. nedēļa

21 Iesākumā

25 Pirmās veselības pārbaudes

29 Mazuļa pirmās maltītes

34 Pirmās rūpes

36 Jaundzimušo speciālā aprūpe

38 Došanās mājās

40 Ikdienas aprūpe

Mazulis jūs iepazīst

1. mēnesis

47 Pielāgošanās dzīvei

52 Prasmīga zīdīšana

56 Bērna mākslīgā ēdināšana

60 Veselības un augšanas uzraudzība

64 Ikdienas aprūpe

69 Jūsu dzīve jauno vecāku lomā

72 Dvīņu aprūpe

Mazais zīdainītis

2. un 3. mēnesis

77 Bērna attīstība

80 Veselības pārbaude sešu nedēļu vecumā

82 Sazināšanās ar bērnu

84 Zīdaiņša masēšana

86 Režīms un ēdināšana

91 Strīdīgā vakcinācija

94 Ikdienas aprūpe

98 Kāpēc bērns raud?

100 Esot vecāku lomā

Bērns kļūst par personību
4., 5. un 6. mēnesis

105 Parādās maza personība

108 Nu ir laiks spēlētis

111 Bērna ēdināšana

113 Gulēšanas ieradumi

116 Maternitātes atvaļinājums beidzas

122 Rūpes par adoptēto zīdaiņi

Augošais mazulis
7., 8. un 9. mēnesis

127 Prasmīgais mazulis

132 Rotaļu izbaudīšana

134 Rūpes par bērna drošību

136 Ēdiens kļūst biežāks

140 Ikdienas aprūpe

146 Ģimenes pirmais atvaļinājums

"Jūs sapratīsiet, ka neviena e
saikne nevar līdzināties saikn
kas vieno vecākus un bērnus

Kustīgais mazulis

10., 11. un 12. mēnesis

151 Augšana

154 Pirmie vārdi

156 Rotaļšanās prieks

160 Ikdienas aprūpe

164 Nu jau lielāka bērna aprūpe

166 Jūsu augošie dvīņi

Otrais gads

Mazais staigātājs

13., 14. un 15. mēnesis

175 Otrajā gadā ieejot

180 Lai viss būtu droši

182 Spēles un rotaļietas mazbērnām

184 Ikdienas aprūpe

190 Priekšlaikus dzimušie bērni

Mazais pētnieks

16., 17. un 18. mēnesis

195 Apbrīnojamais mazbērns

198 Meitenes un zēni

200 Emocionālais svārsts

204 Bērns un spēlēšanās

206 Ikdienas aprūpe

210 Sarežģītu brīžu pārdzīvošana

Aizņemtais bērns

19., 20. un 21. mēnesis

217 Mazais plāpa

222 Izklaides un spēles

226 Ikdienas aprūpe

230 Gaidot vēl vienu bērnu

Neatkarīgais bērns

22., 23. un 24. mēnesis

235 Pieaugšana

238 Mazbērna laika prieki

240 Gandrīz visu varošais bērns

242 Dusmu lēkmes

246 Ikdienas aprūpe

250 Atteikšanās no autiņiem

“Netiekat galā ar savu spī
mazuli? Dziļi ieelpojiet un
atcerieties, kurš īsti no jum
abiem ir bērns.”

Bažas par veselību

259 Paaugstināta temperatūra

261 Zīdaiņiem paredzētās zāles

263–268 Infekcijas

Saaukstēšanās, neīstais krups, angīna, bronhiolīts, plaušu karsonis, ausu infekcijas, konjunktivīts, urīnceļu infekcijas, balanīts

269–274 Lipīgās slimības

Vējbakas, meningīts, Kavasaki slimība, masalas, plauktu, pēdu un mutes slimība, cūciņa, rozeola, masaliņas, infekciozā eritēma, gastroenterīts, garais klepus

275–278 Gremošanas trakta slimības

Gastroezofageālais atvilkis, vārtņieka stenoze, aizcietējums, zarnas iemaukšanās, hroniska caureja

279–280 Alerģijas

Astma, ekzēma, anafilaktiskais šoks, nātrene

281–283 Dažas nepatīkamas lietas

Galvas utis, impetigo, “aukstumpumpas”, zarnu parazitēti, pienēde

284 Zīdains slimnīcā

285–293 Pirmā palīdzība

Bezsamaņa, aizrīšanās, apdegumi un applaucējumi, spēcīga asiņošana, kāju, roku un plauktu ievainojumi, padomi par pirmās palīdzības sniegšanu

295–301 Attīstības traucējumi

Attīstības robežpunkti, iespējamo traucējumu atklāšana, autisms un tam līdzīgie traucējumi, uzmanības deficīta sindroms

302–303 Bērni ar īpašām vajadzībām

Kā mīlēt mazuli ar īpašām vajadzībām? Kas ir iedzimtā slimība?

304–306 Biežākās iedzimtās slimības

Lūpas un auskļu šķeltne, iedzimtā gūžas locītavas displāzija, greizā pēda, hipospādija, nenoslīdējuši sēklinieki, hidrocele, iedzimtās sirdskaites

307–311 Hromosomu anomālijas un citas slimības

Dauna sindroms, cerebrālā trieka, cistiskā fibroze, mugurkaula šķeltne, epilepsija, dzirdes traucējumi, redzes traucējumi

312 Noderīgas adreses

313 Alfabētiskais rādītājs

320 Oriģinālizdevuma pateicības