

Spis rzeczy

Wstęp	5
Rozdział I	
Ciąża niepożądana	7
Wilki w lesie	7
Antykoncepcja dla nastolatków	18
Kiedy głupieją nasze mądre dzieci?	26
A jak tam z witaminą „M” u taty?	35
Rozdział II	
Będziemy mieli dziecko	42
A jak na te sprawy patrzą mężczyźni?	46
A jak to widzi kobieta?	52
Płeć dziecka. Czy można ją zaplanować?	54
Antykoncepcja	57
Najgorsze rozwiązanie	58
Regulacja urodzin w przyrodzie	63
Wracajmy więc do świata ludzi	66
Antykoncepcyjne środki dopochwowe	72
Spirala domaciczna	81
Tabletka antykoncepcyjna	87
Rozdział III	
Ciąża	95
Co koniecznie trzeba zbadać przed ciążą?	95
Tokso plazmoza	97
Kiła — badania na WR	98
Różyczka	98
Uplawy ropne: gronkowce, paciorkowce, grzybice i inne	99
Dlaczego kobiecie ciężarnej potrzebny jest lekarz?	101

Badanie ultrasonograficzne (USG)	112
Komputer — wróg ciężarnej	115
Pierwsze miesiące	117
Wymioty ciężarnej	121
Gimnastyka — czy i jaka?	124
Jak cię widzą... tak cię o-piszą	142
Odrobina witaminy „M” dla męża	144
Dobre dni	147
Zabawy z nie narodzonym	150
Rozmowy z nie narodzonym	155
Hafty miłości	157
Czy możemy uniknąć rozstępów?	160
Jeszcze tylko 3 miesiące	164
 Rozdział IV	
Poród tradycyjny	171
Poród to nie choroba	171
Szkoly rodzenia	173
Historia obyczajów porodowych	176
Oksytocyna — wróg czy przyjaciel?	187
Hipoglikemia u noworodka	191
Rzut oka w przyszłość	192
Pierwsze jaskółki...	195
Wróćmy jeszcze do roli męża przy porodzie	202
Pieskie życie... malucha	206
 Rozdział V	
Początek życia noworodka	222
Narodziny bez przemocy	222
 Rozdział VI	
Wielkie problemy w życiu malucha	229
Dziecko po ciężkim porodzie, przyduszone, dystroficzne	229
Kłopoty wcześniaka	233
Początek życia bez mamy, rodzenie się agresji u zwierząt	236
Awitaminoza „M” i jej przyczyny	238
Co niemowlę widzi?	241
Hormony i instynkt macierzyński	243
Witamina „M” działa dwustronnie — i na matkę, i na dziecko	245
Celowe tworzenie agresji	250
Witamina „M” — obrazki z życia zwierząt	251
 Rozdział VII	
Poród elektroniczny czy ekologiczny?	257

Poród elektroniczny	257
Narodziny człowieka przyszłości	260
Poród fizjologiczny	261
Rola adrenaliny w porodzie	265
Poród w wodzie	267
Ciepły wychów cieląt	273
Rozdział VIII	
Karmienie	275
Dziecko woła jeść	275
Skład pokarmu matki	277
Kłopoty z piersiami	280
Jak widzi karmienie maluch	289
Siedemdziesiąt pięć uderzeń na minutę	293
Sen dziecka	296
Miodowy miesiąc niemowlęcia	298
Rozdział IX	
Powrót do męża	300
Ich troje	300
Połóg	301
Idziemy do seksuologa	303
I co dalej?	308
Zakończenie	312