



22

TAKIE SĄ PROCEDURY

Zobacz, co się dzieje z dzieckiem w szpitalu tuż po narodzinach. Pierwsze testy, badania, szczepienia

64

TU SĄ KLESZCZE! Chroni przed nimi dziecko i siebie, bo są nie tylko w lasach i na łąkach, ale i w mieście

TYM KOLEM ZAZNACZYLIŚMY DLA WAS TEMATY Z OKŁADKI

TEMAT MIESIĄCA

6 CZY ALERGIJ DA SIĘ ZAPOBIEC?

Alergia to bardzo dokuczliwa choroba, ale można zmniejszyć ryzyko jej wystąpienia

CIĄŻA I PORÓD

16 SPOSÓB NA LEPSZY SEN

Już podczas ciąży możesz mieć kłopot, żeby się wyspać...

18 JEDZIEMY DO PORODU Co zapakować do torby dla siebie, a co dla maluszka

20 ZAPYTAJ GINEKOLOGA Dlaczego tak długo po porodzie można czuć ból krocza, wyjaśnia dr n. med. Renata Jaczyńska

NIEMOWLĘ

22 TAKIE SĄ PROCEDURY Jak bada się noworodki tuż po narodzinach

26 MAMO, TO BOLI! Jak rozpoznać kolkowy ból brzuszka

28 PRZEWIJANIE KROK PO KROKU Jak przewijać chłopca, a jak zmieniać pieluszkę dziewczynce

30 NIE LUBIĘ BAWIĆ SIĘ SAM Dlaczego maluchy tak uwielbiają bawić się z mamą i tatą?

32 CZAS NA MIĘSO Kiedy i jak wprowadzać mięso do diety

34 PATENT NA UDANĄ LAKTACJĘ O czym musisz pamiętać, by z powodzeniem karmić piersią

36 MLEKO: WYBIERZ NAJLEPSZE Sprawdź, czym się kierować wybierając mleko modyfikowane

MAŁE DZIECKO

38 UWAGA, BUNT NA POKŁADZIE!

Czy wiesz, jak go rozpoznać i poradzić sobie z małym buntownikiem? Wyjaśniamy

40 PAMIĘĆ DOSKONAŁA Czyli o tym, jak wspierać jej rozwój u malucha

42 ZAMIĄST MLEKA... Czym je zastąpić w diecie dziecka

43 NATURALNIE, ŻE DELIKATNIE

Po pierwszym roku życia nadal warto stosować łagodne kosmetyki do dziecięcej skóry

44 ZAPYTAJ PSYCHOLOGA Czy niemowlę może być złośliwe, tłumaczy Beata Chrzanowska-Pietraszuk

ZDROWIE

48 TU SĄ KLESZCZE! Nie tylko w lesie i na łące, ale także w parkach – jak się przed nimi chronić?

50 ZBADAJ DZIECKO Także zdrowy maluch powinien iść do lekarza

52 SEKRETY WITAMINY D Jej niedobory mają prawie wszyscy...

54 MITY O GORĄCZCE Tych błędów nie popełniaj przy gorączce

56 ZAPYTAJ PEDIATRĘ Od kiedy można podawać aspirynę, radzi dr Renata Elżbieta Koziołek

RODZINA

58 PUŁAPKI IDEALNEJ MATKI

Przeczytaj i w nie nie wpadaj!

60 TO JEST DOBRA KSIĄŻKA! Jak rozpoznać wartościowe lektury

62 DZIECIAKI KOCHAJĄ ZWIERZAKI

To dobry tandem – dlaczego?

64 GRA W ZIELONE Przepisy na dania ze szparagami

66 DLA SMAKU I DLA ZDROWIA Wywiad z blogerką, autorką smakoterapia.pl

68 TYLKO TRENCZ! Stylistka radzi, co zaraz będzie modne

70 ZAPYTAJ DIETETYKA Dlaczego warto gotować na parze, tłumaczy Małgorzata Strucińska

JAK CO MIESIĄC

10 W INTERNECIE Co słychać na mamotoja.pl?

72 PRODUCENCI POLECAJĄ Nowości

74 POCZYTAJMY Bajki Basi i Franka

75 SONDA Czego nauczyło cię bycie mamą?



18

RZECZY DO SZPITALA

Zabierz kocyk dla dziecka!

FOT.: ADOBE STOCK, MAT. PRAS.