

Spis treści

Wprowadzenie	7
Rekomendacje	8
Od diagnozy do akceptacji – droga (po)radzenia sobie z chorobą	11
PNO to choroba całej rodziny – wszystkie ręce na pokład!	19
Nie zgrywaj twardziela. Dlaczego warto mówić o emocjach?	33
Perspektywa ma znaczenie – znajdź pozytywne strony PNO!	43
Jak rozmawiać z innymi ludźmi o chorobie?	51
Dziecko z PNO idzie do szkoły – garść praktycznych rozwiązań	61
Niedobór odporności a praca – jaką drogę wybrać?	71
Podróże z PNO. Dokąd (i z czym) na wakacje?	81
Z PNO też możesz być aktywny – o sporcie słów kilka	91
Być partnerem, być rodzicem – o zakładaniu rodziny i nie tylko	99
Kilka skutecznych sposobów na stres	107
Jak przekonać dziecko (i siebie) do leczenia domowego?	123
Zaufanie to podstawa, czyli o relacji lekarz–pacjent	133
Dodatek. Wyniki badań na temat preferencji dotyczących leczenia oraz jakości życia pacjentów z PNO i ich rodzin	143