

# SPIS TREŚCI

|  |           |
|--|-----------|
| Przedmowa.....   | 5         |
| Wstęp .....  | 7         |
| <b>Część 1</b>   |           |
| <b>Płodność i jej objawy .....</b>   | <b>13</b> |
| Płodność w aspekcie dobrostanu biopsychospołecznego .....  | 15        |
| <i>Renata Domżał-Drzewicka</i>   |           |
| Kryteria diagnostyczne owulacji.....   | 19        |
| <i>Lechosław Putowski, Andrzej Semczuk</i>   |           |
| Dodatkowa owulacja – fakt czy mit.....   | 25        |
| <i>Edyta Gałęziowska</i>   |           |
| Metody rozpoznawania płodności – rodzaje, efektywność .....  | 31        |
| <i>Hanna Cerańska-Goszczyńska</i>  |           |
| Obserwacja głównych objawów płodności jako<br>podstawa wstępnej diagnostyki cyklu miesięczkowego ..... | 40        |
| <i>Edyta Gałęziowska</i>   |           |
| Korzyści ze stosowania obserwacji głównych objawów płodności .....                                     | 50        |
| <i>Edyta Gałęziowska</i>   |           |
| Mity i fakty o naturalnym planowaniu rodziny .....   | 60        |
| <i>Renata Domżał-Drzewicka</i>   |           |
| <b>Część 2</b>   |           |
| <b>Planowanie ciąży .....</b>  | <b>65</b> |
| Rola kwasu foliowego w zapobieganiu wadom wrodzonym<br>układu nerwowego .....                          | 67        |
| <i>Jan Oleszczuk, Marzena Laskowska</i>  |           |

|  |    |
|--|----|
| Planowanie ciąży a samoobserwacja głównych objawów płodności .....   | 80 |
| <i>Edyta Gałęziowska</i>   |    |
| Naprotechnologia – nowa jakość w problemach z uzyskaniem ciąży ..... | 87 |
| <i>Anna B. Piłewska, Łukasz A. Kozak</i>                             |    |
| Wybrane problemy poradnictwa genetycznego w niepłodności.....        | 91 |
| <i>Janusz Kocki</i>  |    |
| Magnez a zdrowie kobiety .....                                       | 96 |
| <i>Renata Domżał-Drzewicka</i>                                       |    |

### Część 3

|   |            |
|---|------------|
| <b>Nowe techniki i technologie w MRP .....</b>  | <b>107</b> |
| Czy metody rozpoznawania płodności potrzebują nowych technologii? .....   | 109        |
| <i>Ewa Ślizień-Kuczapska</i>  |            |
| Automatyczny pomiar PTC w czasie snu .....  | 121        |
| <i>Jerzy Górecki</i>  |            |
| Zmienność pH śluzu z okolicy ujścia zewnętrznego kanału<br>szyjki macicy w czasie cyklu miesięczkowego – badania wstępne..... | 129        |
| <i>Jerzy Górecki</i>  |            |
| Program komputerowy CTLife.....   | 137        |
| <i>Tomasz Chyra</i>   |            |

### Część 4

|  |            |
|--|------------|
| <b>MRP w praktyce.....</b>   | <b>141</b> |
| Wybrane przykłady obserwacji i interpretacji głównych objawów<br>płodności dla celów wstępnej diagnostyki cyklu miesięczkowego ..... | 143        |
| <i>Edyta Gałęziowska</i>   |            |
| <b>ANEKS .....</b>   | <b>161</b> |
| O autorach.....  | 163        |
| Wykaz użytych skrótów .....  | 164        |
| Gdzie szukać informacji o MRP .....  | 165        |
| Wykaz stowarzyszeń.....  | 166        |
| Polecane piśmiennictwo.....  | 168        |