



Něžná náruč rodičů

Moderní poznatky o významu správné manipulace
s novorozencem a kojencem



EvaKiedroňová



Denní režim a rituály

Denní režim

Dítě v novorozeneckém věku většinu dne prospí. V průměru spí dvacet hodin denně, tedy prakticky stále. Budí se pouze ke krmení a přebalování. Krátkých chviliek bdění lze využít pro výchovné minutky. Novorozenec se adaptuje, postupně orientuje a teprve po přibližně čtyřech až šesti týdnech stabilizuje své nároky na vytvoření denního režimu.

Kolem čtvrtého týdne u dětí pozorujeme tzv. večerní bdění. Dítě vydrží bdít po celou dobu před posledním večerním krmením a následným nočním spánkem. Je to doba vhodná ke koupání a aktivnímu zaměstnání dítěte, které by mělo být vždy zakončeno uklidněním, pochováním a relaxací.

Mezi dětmi však existují rozdíly. Některé děti, především nedonošené, potřebují spánku více, jiné jsou čilejší a spí méně. Pokud však vidíme, že dítě bývá během dne častěji nespokojené, plačtivější a spí méně, povrchněji a přerušovaně, stojí zato vytvořit celý soubor opatření (neboť jedno opatření, žádné opatření), který pomůže jeho stav spokojenosti i spánku zlepšit. Stanovení pravidel, hranic a vytvoření denního režimu i rituálů napomůže lepší komunikaci v celé rodině. Vytvoření denního režimu a rituálů závisí na mnoha okolnostech.

Povaha dítěte

Velmi pomůže nejprve vysledovat projevy dítěte a jeho způsob „signálů“ a „hlášení“, kterými dává najevo své potřeby. Každé dítě je víceméně jiné, každé také bude vyžadovat více nebo méně jiný přístup. Porozumíme-li svému dítěti, podaří se nám pro ně lépe vytvořit denní režim, který nabídne celé rodině větší klid a pohodu, než úplná volnost a stálé přizpůsobování se mnohdy nejasným požadavkům dítěte.





Je obdivuhodné, jak zřetelně je již u novorozenců vidět individuální povahové rysy. Vlastní povaha je bude doprovázet a ovlivňovat po celý život. Je potřeba ji vysledovat a při výchově s povahovými vlastnostmi každého jednotlivce počítat.

Můžeme sledovat, jak je dítě:

- ♦ aktivní
- ♦ spolupracující – jak přijímá nové věci, hračky, jídlo či tváře
- ♦ přizpůsobivé – jak rychle a snadno se umí přizpůsobovat novému prostředí
- ♦ energické – jakou intenzitou dává najevo svou náladu
- ♦ citlivé – jaký má práh citlivosti na různé podněty
- ♦ naladěné – zda převládá dobrá či špatná nálada
- ♦ soustředěné – jak se dokáže soustředit na podněty, které mu nabízíme
- ♦ vytrvalé – jak dlouho je schopné být pozorné a vydržet při činnosti i přesto, že jeho pozornost odpoutáváme.

Jedná se o vrozené dispozice, které se nám může podařit vhodnou výchovou a přístupem k dítěti usměrnit, ale přesto s nimi musíme ve stresu či při únavě dítěte do jisté míry počítat celý život.

Představy rodičů

Vysledované potřeby dítěte je nutno sladit s vlastními možnostmi a představami o průběhu dne a teprve poté je usměrnit do optimálního denního režimu. Každý člověk v manželském páru je jiný. Někdo je systematický, jiný chaotický, jeden je „sova“, rád ponocuje a ráno si přispí, jiný je „skřivan“, jde dříve spát a ráno brzy vstává. Proto je nanejvýš důležité nejdříve sladit potřeby a požadavky mezi rodiči, domluvit se na způsobu výchovy, režimu i pravidlech a teprve poté je přenášet na dítě.



Rituály

Aby mohlo dítě lépe spolupracovat, je ideální vytvořit mu signály z naší strany, pomocí kterých bude pravidelně informováno, co se bude dít. Tyto signály uplatňujeme již u nejmenších dětí, a to pomocí tzv. rituálů. Rituál je soubor podmínek a činností, které dítěti nabízíme vždy stejným způsobem a ve stejném sledu např. při ukládání ke spánku, krmení, společné hře, odpočinku, masáží atd. Pomocí rituálů dítě při činnostech lépe spolupracuje, aniž by je muselo rozumově pochopit.

Jsme-li však někdy nuceni změnit prostředí, režim i postup, věrme, že v rámci psychického otužování nás i dítěte vše zvládneme. Vždyť v životě nás i dítě čeká spousta změn a nových událostí, kterým se budeme muset umět přizpůsobit.

Uvedeme si několik příkladů:

Rituál „probouzení“

Hned ráno po probuzení dítěte si můžeme vytvořit rituál, že je necháme nejprve samostatně, bez našeho zásahu procitnout, rozhlédnout se a pobroukat, teprve poté klidně přistoupíme



Po probuzení necháme dítě samostatně procitnout, rozhlédnout se a pobroukat, teprve poté je oslovíme a s dítětem se pomazlíme.





*Pomocí jednoduchých věř
připravujeme dítě na vše,
co se bude dít, a srozumitelným
způsobem doprovázíme
veškerou činnost.*



*Nezabrnujeme děti stálou
soustředěnou pozorností,
vlastním vzorem je učíme
také trpělivě naslouchat.*



Reakce rodičů na chování dítěte

Reakce rodičů na nespokojenost dítěte

Každý projev nespokojenosti si nemusíme vysvětlovat jen hladem dítěte nebo jeho potřebou přebalit. Mnohdy potřebuje pouze pohladit, pochovat, změnit polohu, blízkost rodiče, vyvětrat, přikrýt nebo naopak odstrojit, zavřít dveře a poskytnout klid nebo ztlumit světlo. Proto k dítěti přistupujme vždy klidně a bez obav, s přáním mu porozumět a s vírou, že potřeby dítěte poznáme a uspokojíme. Je-li dítě najezené, přebalené a přesto neklidné, je ideální si vedle něj na chvíli pohodlně sednout, lehnout nebo je pochovat v náruči, přivinout si je k sobě, pohla-

dit, zkoumat, co by potřebovalo a celkově navodit atmosféru pohody. Dá vám najevo, zda právě pouze potřebovalo na chvíli vaši blízkost nebo si chce hrát, spinkat či má jiná trápení, např. bolesti břicha, růst zoubků nebo se o ně pokouší nějaká nemoc.

Reakce rodičů na hyperaktivitu dítěte

Jeví-li se nám dítě zvýšeně čilé a aktivní (hyperaktivní), nenechejme se zlákat k tomu, abychom jeho aktivitu ještě podpořovali s odůvodněním, že je už takové, a tudíž se musí vybit. U těchto dětí je velmi užitečné z počátku je fyzicky i psychicky uspokojit vhodnou aktivitou, avšak poté je postupně učit stále delší dobu relaxovat. K relaxaci volíme nejlépe chování v klubíčku nebo jiným pohodlným způsobem v náruči v některé z odpočinkových poloh. Mnohdy pomůže lehnout si k dítěti na zem na měkkou podložku, pohovku či polštář, aby se naučilo podle našeho vzoru uvolnit a odpočívat.

Aby se dítěti relaxace líbila, je vhodné je kolébat, zpívat mu nebo si s ním prohlížet knížku. S výukou relaxace se dá začít kdykoliv a její trvání postupně prodlužovat. U všech dětí se varujeme přehnaného houpání v kočárku či v náruči. Nevěnujeme dětem nepřetržitou pozornost, vlastním vzorem je učíme také trpělivě naslouchat a samostatně si hrát.

Reakce rodičů na pasivitu dítěte

Někdy již průběh porodu signalizuje budoucí možnou odchylku psychomotorického vývoje a dítě se pak projevuje nápadně pasivně a bez zájmu o pozornost rodičů. V takovém případě musíme dítěti svou pozornost naopak vnucovat a intenzivně stimulovat jeho duševní vývoj.

V této knize se dále seznámíme s potřebami dítěte, které souvisí nejen se změnami prostředí a životních podmínek po narození, ale také s jeho úrovní psychomotorického vývoje. Poznáme tak celou škálu podnětů a okolností, které budou ovlivňovat jeho chování i celkové prospívání.



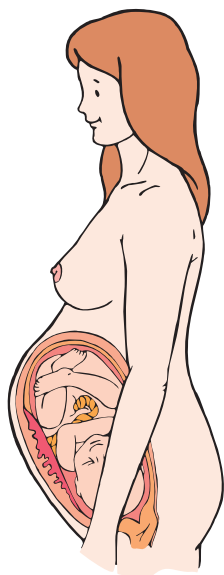


Potřeby novorozence

Zamyslíme-li se nad prostředím, ve kterém dítě žilo před narozením, nabízí se nám celá řada opatření, pomocí kterých můžeme děťátku nejen bezprostředně po narození, ale ještě tři čtyři měsíce po něm nabízet podmínky podobné nitroděložnímu životu. Pro novorozence je v prvních minutách, hodinách, dnech a týdnech velmi těžké a vyčerpávající přizpůsobit se životním podmínkám mimo matčino tělo. Naším přístupem můžeme adaptaci dítěte značně napomáhat, a tím lépe nastartovat a celkově podpořit jeho zdárný všestranný vývoj.

Podmínky v nitroděložním životě

Dítě bylo schouleno v poloze klubíčka v děloze, která mu ve svém omezeném až těsném prostoru dávala pocit bezpečí, jistoty a tepla.



Děloha dítěti dávala pocit jistoty, bezpečí a tepla. Po dobu devíti měsíců dítě žilo a pohybovalo se v plodové vodě.

Podmínky, které můžeme zajistit dítěti po narození

Do třetího až čtvrtého měsíce věku dítě balíme pevně do peřinky.



Po narození je novorozenci nejlépe v peřince.

Chováme-li dítě v náruči bez peřinky, volíme polohu klubíčka s pohodlně opřenou hlavičkou o vyvýšenou paži, s horními i dolními končetinami schoulenými před trupem, a podepíráme je co největším množstvím opěrných bodů.

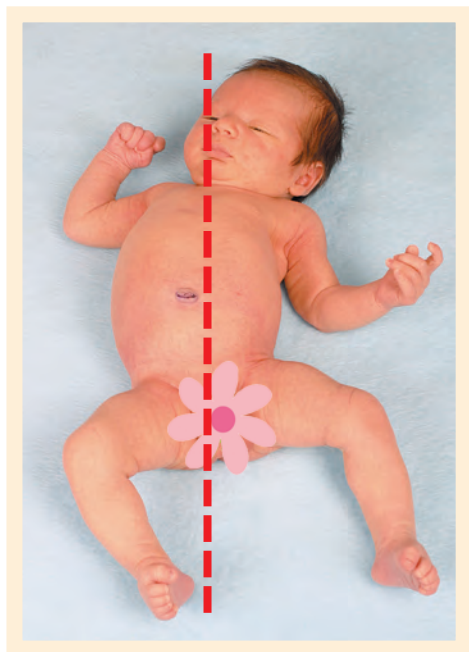


Do třetího měsíce věku by mělo dítě umět udržet hlavičku obličejem nahoru v ose s hrudní kostí a stydkou sponou. Pozorujeme-li u dítěte obloukovité prohnutí osy hlavičky i tělíčka na jednu stranu (skoliotické postavení), doporučujeme zajistit dokonalou manipulaci všemi členy rodiny a poradit se s dětským lékařem na dalším postupu.

Dítě s predilekcí a záklonem hlavičky vyžaduje kvalitní manipulaci a většinou i rehabilitaci.



Většině těchto případů můžeme zabránit správnou manipulací s dítětem, jeho balením do polovysypané péřové zavinovačky, pravidelným polohováním střídavě na levý a pravý bok, popřípadě mezi válečky. Tato opatření se také stávají základem pro rehabilitaci již vzniklých potíží. Přesto velmi doporučujeme poradit se s dětským lékařem, který může předepsat prohlídku neurologem nebo rehabilitačním pracovníkem. Jedině specialista nejlépe posoudí, zda je v případě vašeho dítěte toto opatření dostačující nebo bude vyžadovat navíc rehabilitaci, nejčastěji Vojtovou metodou.



Dítě, které pravidelně zaujímá polohu s hlavičkou odchýlenou od osy trupu, může být do budoucna obročeno skoliózou páteře.

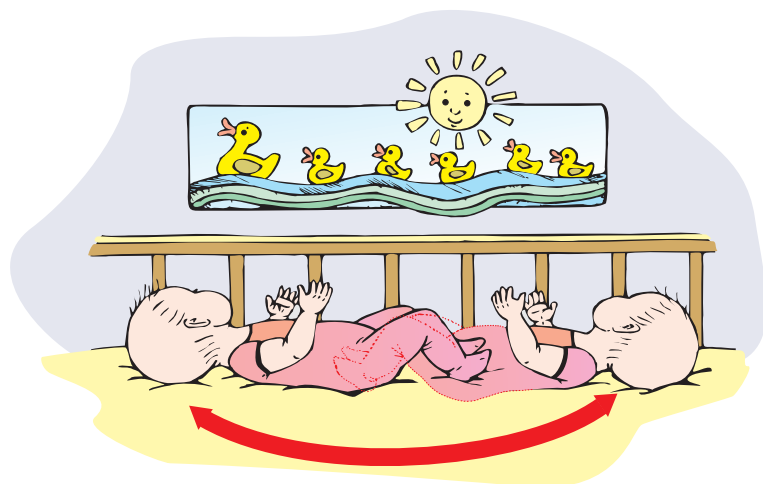


Malému kojenci, který ještě neumí samostatně měnit polohy, prospívá, když jej pravidelně polohujeme střídavě na levý a pravý bok, popřípadě mezi válečky.



POLOHA NOVOROZENCE

NOVOROZENEK



Polohu dítěte v postýlce pravidelně střídáme každých 24 hod. blavičkou směrem k nohám anebo hlavě postýlky. Takto mu nabízíme rovnoměrnou stimulaci pro otáčení hlavičky za zajímavými podněty. Zvyšujeme tak pravděpodobnost rovnoměrného vývoje a omezuje vznik slezelé hlavičky s možnými následnými komplikacemi ve vývoji.

Zajištění polohy v době spánku

K usínání je nejlepší poskytnout dítěti pohodlí, teplo, pocit jistoty a bezpečí. U dětí, které nemohou usnout, je vhodné zabránit, aby se nerušily vlastními pohyby. Nejmenší děti většinou nejlépe usínají, když je zabalíme do polovyspané pérové peřinky a položíme na bok. Pokud je dítě zrovna nakojené



Při usínání je dítě nejlepší balit do polovyspané pérové peřinky a pokládat na bok.



4

V poloze na bříšku při odpočinku a při spánku, kdy má dítě otočenou hlavičku na jednu stranu a silnější vrstvou plen zvednutý zadeček výše než hlavičku, dochází k záklonu hlavičky a nevhodnému vykrivení páteře.



Stimulace prvních aktivit dítěte

V době bdění dítěte máme možnost nejen je přebalit a nakrmit, ale také rozvíjet v jednotlivých dovednostech či je cíleně vést k samostatnému zaměstnání.

Chceme-li se s dítětem pomazlit, pochovat je v náruči nebo s ním navázat sociální kontakt, pak je můžeme pochovat v peřince nebo použít dále v knize uvedené techniky k sociálním kontaktům, chování či nošení dítěte.

Pokud chceme dítě rozvíjet v pohybovém vývoji, jako výchozí pozice nám nejlépe poslouží poloha na zádech na měkké podložce s pevným základem. V poloze na zádech je motivujeme ke sledování hraček, a tím postupně k otáčení hlavičky všemi směry. Nacvičujeme orientaci pomocí obrátů ze zad na bříško a po hře s dítětem zase zpět. V poloze na bříšku dítěti dáváme příležitost zapojovat zádové svaly do vzpřimování a posilovat šíjové svaly při obrazech hlavičky za hračkou.



Motivujeme dítě ke sledování hraček...

*Pro aktivní rozvoj dítěte
volíme měkkou podložku
s pevným základem
a po pátém měsíci věku
velkou plochu, nejlépe deku
na zemi.*



VÝZNAM PEŘINKY K ODPOČINKU
A KE SPÁNKU

POLOHOVÁNÍ DÍTĚTE

Význam peřinky k odpočinku a ke spánku

S ohledem na podmínky v nitroděložním životě, ve kterých dítě žilo po dobu několika měsíců, nabízíme novorozenci a dítěti asi do čtvrtého měsíce věku k odpočinku a ke spánku pokud možno co nejpodobnější podmínky, aby mohlo načerpat nové síly k pokračování v adaptaci na nové prostředí a také pro svůj zdravý růst a vývoj.

Četné zkušenosti s projevy dětí v různých podmínkách dokazují potřebu nejmenších dětí nejméně do třetího měsíce věku usínat v klidném prostředí a zabalené do polovysypané pérové peřinky. Po usnutí může být pevné zabalení opatrně uvolněno, dítěti pak postačí vlastní pohodlí peřinky, která svým charakterem nabízí malému kojenci tolik potřebný pocit polohové jistoty, bezpečí a tepla.

V Baby klubu Kenny pravidelně pracujeme s dětmi z celé republiky. Ročně se setkáváme se stovkami rodičů s dětmi od narození do třetího měsíce věku v Praze, Brně, Zlíně, Ostravě, Frýdku-Místku, Rožnově pod Radhoštěm a dalších městech a je nám líto, že peřinka je rodiči tak podceňována.

Podmínky k odpočinku a ke spánku

Doma



Klidné prostředí, které bychom měli dítěti zajistit k odpočinku a ke spánku, nevyžaduje zastavit činnost celé domácnosti, postačí jen nevystavovat dítě hlučným vlivům, které by je vyrušovaly při usínání a klidném spánku. Stačí se zamyslet nad vlastními potřebami, když se cítíme unaveni a chce se nám spát. Zřejmě bychom si také dosyta neodpočinuli na gauči v kuchyni v době, kdy tam pořád někdo chodí, pouští vodu, vaří, myje nádobí a klepe hrnci, příbory či talíři.

Dětem svědčí, ukládáme-li je ke spánku vždy do stejné místnosti i postýlky, která slouží k odpočinku a ke spánku. V pokoji by mělo být chladněji, vyvětráno a alespoň lehce zatemněno.



Doporučujeme zvolit místnost, kterou můžeme zavřít, kde dítě nerušíme naším přímým pohybem a kde jsou zvuky běžného chodu domácnosti ztlumeny.

V prvních týdnech a měsících po narození dítěti prospívá při usínání pevnější zabalení do pohodlné peřinky a následné uvolnění teprve po usnutí. Postupně se přizpůsobí volnému pohybu a většímu prostoru a dokáže usnout volně položené na peřince a později i na pevnější podložce.

V kočárku



V prvních týdnech po narození je pro dítě užitečné, naplánujeme-li si na dobu jeho odpočinku a spánku procházku venku s kočárkem. Pohupování v kočárku během prosté jízdy v nerovném terénu mu bude připomínat houpavý pocit při chůzi u maminky v bříšku. Lépe se uvolní a usíná. Po usnutí můžeme kočárek pozvolna zastavit, usednout na lavičku v parku a přečíst si časopis nebo knihu. V zimě lze kočárek postavit na balkón, verandu či zahradu a získaný čas pak využít pro sebe, manžela či domácnost.

Rozhodně nedoporučujeme navykát dítě na usínání při usilovnějším houpání než jaké vytvoříme přirozenou chůzí na procházce. Tímto způsobem dochází ke zvýšeným dráždivým podnětům, dítě se pak neumí uvolnit a dostatečně si odpočinout.

Jeví-li se nám dítě všeobecně temperamentnější, pak je vhodné na jedné straně je přiměřeně zaměstnávat, ale na straně druhé je naučit relaxovat a odpočívat. Právě k relaxaci a odpočinku můžeme využít klidnou procházku v kočárku, chování v náručí anebo v odpočinkových polohách.

Pro dítě je důležité, aby mělo v kočárku dostatečné pohodlí, pocit jistoty a tepla. Tuto potřebu mu zajistíme nejméně do třetího až čtvrtého měsíce jeho věku, budeme-li je balit





Manipulace se zvýšeně dráždivými dětmi

Projevy zvýšené dráždivosti



Dobře prospívající dítě je uvolněné, přiměřeně spolupracující a spokojené. Jsou však děti „dráždivé“, které se projevují nespokojeně, často pláčou, špatně usínají a neklidně spí. Při kojení jsou neklidné, takže se mnohdy nenapijí dosyta, a proto potřebují pít častěji. Po jídle ublinkávají, vyplivují dudlík a ve všech polohách zaklánějí hlavičku, jako kdyby je zajímalo, co je za jejich hlavou. Lokty nebo celé horní končetiny protlačují dozadu a v poloze na zádech ani na bříšku nedokážou zaujmout uvolněnou symetrickou polohu. Často se prohýbají jako luk (u lékaře se můžeme setkat s termínem „opistotonus“) a odmítají polohu klubička.



Některé z projevů dráždivého dítěte – záklon hlavičky, tlak horních končetin dozadu, asymetrická poloha.



Dítě v záklonu.

Příčiny zvýšené dráždivosti

Toto chování je důsledkem podráždění nervové soustavy. Příčiny tohoto mnohdy celého souboru chování dítěte mohou pramenit z okolností kolem těhotenství, porodu, poporodní péče nebo zdravotního stavu dítěte. Na chování dítěte má také velký význam přístup k dítěti od narození a manipulace s ním. Nevhodná a náročná manipulace většinou ovlivní celkové projevy dítěte.

Doporučení

Dráždivému dítěti se v klubíčku zpočátku nelíbí. Správná manipulace je však důležitá a je nezbytnou součástí rehabilitace. Správný přístup k dítěti a kvalitní manipulace mnohdy sama o sobě postačí k tomu, aby jeho zvýšená dráždivost postupně odezněla.



MANIPULACE SE ZVÝŠENĚ
DŘÁŽDIVÝMI DĚTMI

MANIPULACE S DÍTĚTEM

113



Ukázka nevhodné a náročné manipulace, která by mohla ovlivnit celkové projevy dítěte.



Dráždivému dítěti se v klubíčku nelíbí. Aby se pro dítě stalo klubíčko pohodlným a bezpečným je potřeba více zvednout paži a hlavičku umístit do jamky schoulené paže.



☹️ *Ukázka nevhodného úchopu ke koupání nebo krátkému přenášení, který nezajišťuje dítěti potřebné pohodlí, pocit jistoty a bezpečí. Hlavička se dostává do nežádoucího záklonu a svou vahou vyvolává nepřiměřeně vysoký tlak na útlý krček dítěte.*



Správné techniky zvedání

Zvedání přes „zajíčka“ do „vyvýšeného klubíčka“

Už jsme se zmínili o nevhodném zvedání tažením za ručku a zachycením pod krčkem, při kterém jsme táhli ručku dítěte směrem nahoru, abychom si zpřístupnili prostor pod jeho krčkem k podložení druhou rukou. Při tomto tahu nahoru došlo k záklonu hlavy, kterému se u nejmenších dětí vyhýbáme stejně jako úchopů s tlakem na krční oblast.



Pokládání dítěte



Nevhodné techniky pokládání dítěte

Pokládání přes záklon (nedoporučujeme)

Při pokládání dítěte zpět na podložku dochází nejčastěji k chybě při vytahování ruky zpod krčku a vyprovokování záklonu hlavičky dítěte.



Ukázka nevhodného pokládání dítěte se záklonem hlavy, kdy maminka vytahuje ruku zpod zátylku dítěte, čímž nejenže podráždí citlivou krční oblast, ale také zavolí záklon hlavičky.

Pokládání širokým úchopem kolem hrudníku se záklonem hlavičky (nedoporučujeme)

Při pokládání dítěte širokým úchopem kolem hrudníku dochází nejčastěji k velmi náročnému záklonu těla i hlavy těsně před položením na podložku.



POKLÁDÁNÍ DÍTĚTE

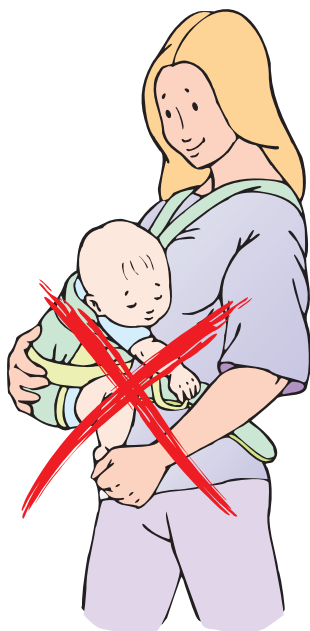
DÍTĚ DO ČTVRTÉHO
MĚSÍCE VĚKU



Také při pokládání nejmenších dětí širokým úchopem kolem hrudníčku dochází k nežádoucímu, pro dítě náročnému až nebezpečnému záklonu hlavičky.



Při pokládání dítěte ze „zajíčka“ zpátky na podložku nejprve položíme zadeček, teprve poté trup a hlavičku. Ruku vytahujeme zpoza záhlaví, čímž vedeme položení hlavičky do osy s trupem.



Nošení dítěte do devátého měsíce věku v klokance je stejně nevhodné jako svislá poloha v náručí.



Ukázka postavení páteře ve svislé poloze u nejmenších zcela zdravých dětí. Ve svislé poloze dochází k nepřiměřenému tlaku poměrně velké a těžké hlavičky na útlý krček a páteř dítěte, které ještě nejsou dostatečně osvalené. Tímto tlakem mohou vychýlit páteř do strany (skolióza), dopředu (lordóza) nebo dozadu (kyfóza). Následkem mohou být pozdější obtíže s páteří.



Vlivem nestability a nejistoty dítěte v těchto polohách dochází poměrně často k tzv. retrakci ramínek, která se projevuje široce rozpaženými horními končetinami a protlačováním loktů za úroveň ramen. Je-li těmto polohám dítě vystavováno příliš často,



Při houpavém až hopsavém uklidňování neklidného a plačícího dítěte ve svislé poloze dochází k obzvlášť velkému zatížení páteře a následně také dráždění jeho nervové soustavy.

ruce v širokém rozpažení a s protlačenými lokty navykne přetrvávají. V důsledku toho dítě nerozvíjí jemnou motoriku v souladu s přirozeným psychomotorickým vývojem. Rozvoj jemné motoriky souvisí s rozumovým vývojem a rozvojem řeči, proto není dobré rozvoj rukou podceňovat.

Má-li dítě potřebu vidět na děj či předměty za svým tělem před našimi zraky a my je ještě vyzýváme, aby se podívalo, dochází hned k několika nevhodným situacím současně. Dítě je vystavené nepřiměřené zátěži páteře vlivem svislé polohy s anteflexí pánve (neboli vykloněním pánve kupředu), tlaku na páteř, rotaci a nestabilitě projevující se retrakcí ramen.



☹️ Příčinou tohoto nezdařeného úchopu je málo zvednutý loket, který nedokáže blavičce dítěte zajistit stabilní a pohodlné místo, které by mu nabídlo pocit bezpečí a jistoty. Pro úpravu lze doporučit pravou rukou přesunout blavičku pod střed levého klíčku matky, loket více zvednout a potom pravou rukou posadit zadeček a zajistit správnou osu.



☹️ Pro úpravu tohoto ne zcela správně provedeného „vztyženého klubička“ je vhodné přesunout blavičku níž pod střed klíčku, levou paži nejdříve lépe podsunout pod loket dítěte a poté zvednout, pravou rukou lépe posadit zadeček a zajistit správnou osu.



☹️ Tentokrát je blavička na správném místě, paže poměrně vysoko i osa je v celku srovnaná, ale příliš silným tlakem se dítě dostalo do nepohodlné „sklapovačky“ a sedavé pozice. K nápravě postačí držet stále pravou rukou váhu dítěte, ale oddálit ji od trupu matky a současně uvolnit sevření levou rukou a odtáhnout ji od těla. Pozor, aby nevyklouzl loket nebo celá levá paže dítěte.



Kojení na klíně bez peřinky v „křížovém úchopu“

Pokud si ke kojení zvolíme polohu na klíně bez peřinky, je zapotřebí „křížovým úchopem“ vytvořit takové podmínky, které dítěti zajistí pohodlí, pocit jistoty, bezpečí a tepla. Nejlépe je dítě držet např. na levém předloktí bříškem k našemu trupu a s ručičkami před tělíčkem. Pravou rukou nejdříve zavedeme bradavku do úst dítěte a poté jí obejmeme dítě rovnoběžně s levou rukou. Tak podložíme vnější paži dítěte a hlavičku dítěte pod temenem.



„Křížovým úchopem“ při kojení v klíně bez peřinky vytvoříme takové podmínky, které dítěti umožní veškerou energii věnovat sání.



Kojení vleže s pomocí válce.

Vzhledem k tomu, že u nejmenších dětí běžně dochází při krmení též k polykání vzduchu, je velmi důležité nabídnout dítěti po nakojení vyvýšenou polohu, aby si mohlo bezpečně odříhnout.



Detail křížového úchopu.

„Tygřík“

Vhodná k odříhnutí je již dříve popsaná poloha „tygříka“, ve které dojde k odříhnutí velice snadno a poměrně rychle. Na levé předloktí podsuneme pod bradičku dítěte plínku, abychom bezpečně zachytili případné ublinknutí.



VHODNÉ POLOHY K ODŘÍHNUTÍ

DÍTĚ DO ČTVRTÉHO
MĚSÍCE VĚKU



*Ideální polohou k odříhávání dítěte je poloha „tygříka“.
V této poloze bývá dítě velmi spokojené a brzy si odříhne.*





Čím je
ovlivněn
vývoj dítěte

1

Edice: Šťastné dítě



Zásady
správného
zacházení
s dítětem



Novorozenec



Polohování
dítěte



Manipulace
s dítětem



Dítě
do čtvrtého
měsíce věku



Dítě mezi
čtvrtým
a devátým
měsícem věku



Dítě
po devátém
měsíci věku

Něžná náruč rodičů



V této publikaci jsou informace a ukázky správného zacházení s nejmenšími dětmi v souladu s jejich potřebami a psychomotorickou výpěstlostí. Publikace je určena pro nastávající rodiče a rodiče nejmenších dětí. Získané manipulační dovednosti rodičů před narozením dítěte, se pak stávají součástí celodenní péče o miminko ihned od jeho narození. Rodiči vytvořené podmínky ke spánku i jejich zvolený způsob zvedání a chování novorozence v náručí, pak doslova ovlivňují základní pohybové návyky dítěte. Tyto získané návyky mají následně vliv na kvalitu dalšího vývoje kojení do vzpřímení.

My jsme se dostali k pěřové peřince a správné manipulaci pozdě. Synovi byly již 3 měsíce. Trápily ho úporné bolesti břicha, stále blinkal a plakal. Přeučování špatné manipulace bylo těžké, ale stálo to za to. Z neustálého „křiklouna“ se brzy stalo usměvavé, spokojené a zdravé miminko. Publikaci, internetové videokurzy i prožitkový kurz „Něžná náruč rodičů“ považujeme za nejlepší investici do našeho dítěte.

Jana a Vladimír O., Plzeň

Potíže s vývojem našeho třetího dítěte nás přivedly nejdříve ke knize a nakonec do kurzu Něžná náruč rodičů. Jemná manipulace, krásná komunikace i smysluplná stimulace paní Evy, naprosto předčila naše očekávání. Její citlivá práce s dětmi je nevidaná harmonie práce těla, rukou, vzájemného kontaktu i pozornosti, a to nejenom k našemu dítěti, ale i k nám, rodičům. Je nám líto, že jsme tyto informace a dovednosti o správném přístupu a manipulaci s dítětem nezískali již před narozením našeho prvního dítěte.

Petra a Lukáš S., Brno

Tři měsíce jsme se doslova trápili. Naš syn špatně spal a neustále plakal, protože ho bolelo břicho. Naše dětská lékařka nám doporučila knihu „Něžná náruč rodičů“. Přečetli jsme ji jedním dechem. Ihned jsme začali používat peřovou peřinku i polštářek a s Lukáškem správně manipulovat. Syn se změnil ze dne na den. Bylo to pro nás, jako dar z nebe. Na základě našich zkušeností si myslíme, že by se tato kniha měla stát jakýmsi slabikářem pro všechny rodiče, kteří čekají především své první dítě.

Eva a Petr J., Kroměříž

Vážená paní Evo. Jsem babička Natálky a musím upřímně říci, že dříve, než jsem Vás poznala, tak jsem nedokázala pochopit, jak můžete z něčeho tak běžného, jako je chování dítěte v náručí, dělat takovou vědu. Dcera mi ani neumožnila pochovat mou jedinou vnučku. Minulý týden jsem se proto rozhodla, že půjdu s mladými do Vašeho kurzu, a že Vám k tomu řeknu své. Dnes se Vám hluboce omlouvám za své chování před zahájením kurzu. Jsem šťastná, že jsem zůstala, vše viděla, zažila a nakonec pochopila důvod Vašeho úsilí v této osvětě. Byl to pro mne neuvěřitelný zážitek. Nyní jsem společně s dcerou i zetěm Vaší věrnou fanynkou.

Zdeňka V., Praha



...společně s láskou

www.evakiedronova.cz

ISBN 80-247-1210-5



9 788024 712109 >