

Matka a dítě, 10. 7. 2017

4 matka a dítě

pediatrie 5

„Maminkám v porodnicích vzkazuji, aby k miminkům přistupovaly s obrovskou trpělivostí a s obrovskou láskou, aby vydržely ty dny, kdy je miminko protivné, kdy pláče a ony už nemůžou a připadají si v tu chvíli zoufalé. I takové dny přijdou – a zase přejdou,“ říká MUDr. Ivana Koblíková. Jako lékařka pediatrie Nemocnice Mělník pracuje již 28 let. Pediatr by podle ní měl mít nejen dobré vzdělání, ale i selský rozum a úspěšný může být jen tehdy, pokud je i dobrým psychologem.

Vydržte první rok, vyspíte se pak

Matka a dítě, 10. 7. 2017

6 matka a dítě

Při sledování diskusí maminek mám někdy dojem, že nekojit dítě nebo s kojením velmi brzy z nějakého důvodu přestat je pro dítě skoro osudová záležitost, kvůli které prostě nastává... Je to tak?

Kojení je ten nejlepší způsob výživy dítěte především v prvním půlroce života. Bohužel ale některé maminky i přes veškerou přípravu, snahu a pomoc kojit nemohou, některé faktory ani nelze ovlivnit. Pokud kojit nelze, jsou na trhu přípravky, které plně splňují požadavky na kojeneckou výživu, obsahuje všechny nezbytné složky pro výživu miminka a to v kombinaci, které ono potřebuje. Maminka se tedy rozhodně nemusí bát, že by miminko strádalo. Strádat nemusí ani citově, vazba tam vždy je – při krmení umělým mlékem přece

maminka dítětko chová, něco hezkého mu povídá... Maminky, kterým se kojit nepodaří, bývají kvůli tomu pod velkým psychickým tlakem. První, na co se jich zeptá kamarádka, je jestli kojí. Určitě je třeba maminku uklidnit, aby si nenesla do života myšlenku, že kvůli kojení jako matka selhala. No tak to nešlo, ale jsou i jiné hodnoty, i jejich miminko bude zdravé a normálně vyrostle.

Prý se nekojené dítě hned pozná, protože je tlusté...

Dříve se říkalo, že kojené děti nejsou moc baculaté. Já se teď naopak setkávám s hodně baculatými kojenými dětmi. Zajímavé je, že to většinou bývají děti drobných maminek, které mají veliké děti, naducané po mateřském mléku.



pediatrie 7

Je z hlediska rozvoje dítěte nějaká optimální doba kojení? Kdy skončit? A neublíží to dítěti citově?

V tom nejde moc radit, příroda bývá mocnější než naše rady. Jako optimální se ale udává 6–12 měsíců. Úplně nejlepší je kojení s tím, že mezi 4. a 6. měsícem začínáme zavádět nemléčné příkrmky. Jsou maminky, které kojí, dokud to jde, přikojují třeba i tříleté dítě. Podle mě to už ale dítěti nic moc nedává – v té době mléko už nemá vysoký obsah výživných látek a naopak, s postupem času se do mateřského mléka uvolňují z těla i škodlivé látky. Navíc už kojení i hodně vyčerpává mamčin organismus.

Bude ale chtít dítě ještě vůbec kojit, když ho začnu krmit z lahvičky? Přeče sát z prsu je větší námaha...

Z lahve dítě pije umělé mléko, příkrmky se pak podávají lžičkou. Dříve se příkrmovalo z lahve. Pokud maminka má dost svého mléka a lahvičkou dá v případě potřeby další tekutinu, třeba čaj, dítě zvládně obojí, sání z prsu i z lahve. Berte to tak, že napít se z prsu je pro miminko větší dřina, ale výsledek mu za to stojí, a tak mu to nevadí. Ted je trend u nejmenších kojenců podávat mléko nebo čaj stříkačkou nebo hadičkou, ale někdy je to dost složité a příliš se to nedaří. Mně se zdá lepší lahvička se savičkou.

Co je to tříměsíční kolika? Jde miminku při kojenecké kolice pomoci nebo jí předcházet?

Každého kojenečka někdy bolí břicho, je to u nich nejčastější problém. Od začátku s maminkami řešíme nadmuté břicho, miminko při pití hltá, jak saje, polyká i vzduch. Bublínky mu rozpinají břicho, to ho bolí, miminko kvůli tomu křičí a kope nožičkami. V mateřském mléku se odráží i mamčiná strava, takže když ona si dá něco nadýmavého, třeba zelí nebo kedlubnu, může mít nadýmání i miminko. Pro nadýmání u miminka se ujal název tříměsíční kolika, protože by to údajně mělo do 3–4 měsíců od narození přejít, což tak ale není vždy. Já bych to nazvala spíš bolení břicha u kojence. Pomůžeme nahříváním břicha, jemnou masáží se speciálními gely a cvičením s miminkem.

Dobré je položit si miminko na sebe a nahřívát ho svým teplem. Osvědčuje se také fenýklový čaj. Když nic nepomůže, podáme kapičky z lékárny. Ty jen procházejí zaživacím traktem a jako by „praskají“ bublinky vzduchu a ten pak odejde. Miminko se uleví. Další možnosti jsou probiotické kapky pro kojence. Když pak miminko poporoste, už mu nedělá problém „větry“ ze sebe dostat. Určitě je ale třeba opatrnost, může se za tím skrývat i něco vážnějiho. Já tu mluvím o stavech, kdy je dítětko jinak úplně zdravé.

Spousta maminek šátkuje – miminko nosí ven přivázané na břicho. Nebylo by lepší ho vozit v kočárku?

Co největší kontakt s miminkem je důležitý a když si ho maminka (nebo tatínek) dá na sebe, cítí, že mu ho poskytuje. Radím ale šátkovat vždy jen chvíli, třeba v situaci, kdy se kočárek vyloženě nehodí. Ale určitě ne dlouho, není to na dlouhou procházku. Miminko totiž v šátku vlastně visí, což pro

Matka a dítě, 10. 7. 2017

8 matka a dítě

něj rozhodně není zdravá poloha. Zdravé to není ani pro maminku, začnou ji bolet záda, protože při vyvažování dítěte se musíte trochu zaklánět dozadu. Určitě lepší je procházka s kočárkem, v něm má miminko pohodlí a může se v něm hýbat. A větší dítě z něj i dobře sleduje, co se děje venku. Při šátkování koukat kolem nemůže, většinou se šátkuje obličejkem k sobě, takže scházejí podněty.

Maminky si povídají o tom, jestli se má dítě odsávat pořád, nebo jen když má nudit u nosu. Je nějaká speciální nosní hygiena?

Hadičky a odsávání se prodávají pořád, ale teď je nejpopulárnější odsávačka jako plastový nástavec na vysavač. Pokud je dítě zdravé, stačí po koupání nos vytřít vatíčkou například s mořskou vodou z lékárny nebo malinko „šplouchnout“ fyziologický roztok a opět nosánek opatrně vytřít. U zdravého kojence do nosu moc nezasahujeme. Když se objeví potíže, sekreci odsáváme, protože ležícímu kojenci „nudle“ teče dozadu.



pediatrie 9



Kdy se má začít s čištěním zubů? Jde o vypěstování návyku, nebo o prevenci zubního kazu?

Čistíme je z obou důvodů. To už mluvíme o dítěti, které má aspoň jeden nebo dva zoubky. Dělá se to „prsáčkem“ nebo malinkým kartáčkem, někdy i jen čistým navlhčeným kapesníkem. Do roka se ale rozhodně nepoužívají zubní pasty, děti by je spolykaly.

Když dítěti stoupne teplota, máme raději hned jít na středisko, nebo počkat, když nevidíme žádný jiný příznak nemoci?

Pokud je jen zvýšená teplota a žádný jiný příznak, radíme s návštěvou na středisku počkat klidně i dva dny. Ale to mluvíme o situaci, kdy dítě sice má teplotu, ale jí, pije a chová se jako normálně. Pokud ale k teplotě opakovaně zvrací, má vyrážku, kašle nebo má průjem, přijďte raději hned.

Jsou maminky, které se vrací k látkovým plenám. Nebyly pro dítě přece jen zdravější?

Matka a dítě, 10. 7. 2017

10 matka a dítě

Trend jsou jednorázové pleny, dítě je stále suché a také je to výhodné řešení kvůli úspoře času maminky. Látkové pleny mají svá plus – je to přirozené široké balení, což je dobré pro vývoj kyčlí, ale i minus – děti se v nich víc oprudí, protože látkové pleny jsou mokré. Ale ono se někdy oprudí každé dítě, i té úplně nepečlivější mamince a v jakémkoli typu plenek. Maminky naštěstí většinou nezapomínají chránit miminku pokožku i nějakou dobrou dětskou kosmetikou, to je důležité i po koupání.

Čtu si teď nejrůznější názory na internetu, které se týkají alternativní medicíny pro děti. Co říkáte maminkám, když za vámi přijdou s tím, že by to u svého miminka chtěly zkusit?

Za situace, kdy má dítě mírně zvýšenou teplotu a trochu kašle, ať to klidně zkouší. Ale když má dítě třeba zápal plic nebo zánět ledvin, o ničem takovém prostě nelze diskutovat. Tím ale vůbec

neříkám, že na každý kašlík se mají nasazovat antibiotika!

Znáte nějaké pověry kolem miminek?

Říká se, že by neměl být doma kočárek dřívě, než si miminko přinesete z porodnice. A ještě že miminko by se nemělo do roka stříhat. Obojí je docela roztomilá pověra, ale dodržuje se to.

Co vzkážete maminkám, které budou číst tento rozhovor?

Maminkám v porodnicích vzkazuji, aby k miminkům přistupovaly s obrovskou trpělivostí a s obrovskou láskou, aby vydržely ty dny, kdy je miminko protivné, kdy pláče a ony už nemůžou a připadají si v tu chvíli zoufalé. I takové dny přijdou – a zase přejdou. Vždycky maminkám říkám, že do roka se moc nevyspí, ale pak už to zase bude dobré. Ale stejně jednou přijdou na to, že ten první rok byl ten nejhezčí v jejich životě. **Jana Jilková**

