

Předškolní věk



- Zpracovala: Jana Černá

- Charakteristika
- Růst a vývoj
- Nejčastější patologie
- Výživa u dětí
- Poruchy výživy

Charakteristika

- Předškolní období – období od 3 do 6 let
- Dítě zpravidla navštěvuje mateřskou školu
- Začínají se vyvíjet individuální psychické vlastnosti a osobnost dítěte
- Zdokonaluje se motorika



- Rozvoj myšlení a řeči (myšlení je konkrétně názorné)
- „Věk otázek“ (odpovědi by měly být obrazné, názorné, živě vyprávěné, charakter pohádek)
- Rodiče mohou udělat mnoho pro tělesnou, rozumovou a citovou výchovu

Růst a vývoj

- Rychlost růstu se zpomaluje
- Každý rok dítě vyroste přibližně o 7cm
- Baculatost se mění ve štíhlost – období „vytáhlosti“
- Pokračuje osifikace kostry
- V obličeji se projevují charakteristické rysy zděděné po předcích
- V 5 letech je objem mozkové tkáně úplný
- Začíná se vyhraňovat stranová orientace = lateralita
- Řeč je stále složitější – 3leté dítě: kolem 1000 slov, 6leté dítě: kolem 2500 slov

- Rozvoj fantazie
- Rozvoj pohybové aktivity
- Zrychluje se proces osamostatňování
- **Kresba** – transparence (na obrázku vidíme předměty, které by jinak vidět nebyly) – často pomůcka při rozpoznání vývojové problematiky
- **3leté dítě**: různý směr čáry, výtvar se předmětu nepodobá
- **4leté dítě**: kresba hlavonožce
- **5leté dítě**: schopno napodobit čtverec, kresba je detailnější
- **6leté dítě**: kresba by měla odpovídat požadavkům pro vstup do školy

- **Hra** (dítě se učí a získává zkušenosti, napodobuje svět dospělých), základní formování volných a mravních kvalit osobnosti, rozumový vývoj – vnímání, představivost, myšlení, řeč, paměť, pozornost
- Skupinová hra je velmi důležitým faktorem socializace
- Děti si postupně přestávají hrát „jedno vedle druhého“ a začínají si hrát „jedno s druhým“

- Měli bychom dítě začít seznamovat s prvními pohádkami
- Mezi 4. a 5. rokem se vyvíjejí tzv. vyšší city – dítě postupně odlišuje správné od nesprávného
- Rozvíjejí se prvky estetického cítění
- Dítě si začíná osvojovat sociální roli
- Považuje za správné to, co určí dospělí
- Systém odměn a trestů

Nejčastější patologie

- **Patologie** – věda zabývající se studiem a diagnostikou nemocí a abnormálních reakcí organismu

Příčiny nemocí

- **Nemoci virového původu** – všechna onemocnění způsobují viry (spalničky, příušnice, zarděnky, chřipková onemocnění, obrna, letní meningoencefalitida, vzteklna, plané neštovice, pásový opar, opar, infekční mononukleóza, záněty jater)

- **Nemoci bakteriálního původu** – mohou postihnout kteroukoli část těla, v podstatě každý orgán, mohou postihnout kůži, měkké tkáně, svaly, kosti, paranchymatózní orgány (plíce, játra, ledviny), tělní tekutiny a mohou proniknout do krve. Nejčastějším původcem jsou bakterie gram-pozitivní (streptokoky, stafylokoky, enterokoky), bakterie gram-negativní (*Escherichia coli*, *Pseudomonas*). Patří sem např. angína, spála, růže.

- **Alimentární infekce** – infekce vstupující do organismu trávicím ústrojím, obvykle infikovanou potravou, bez ohledu na původce (bakterie, viry, parazity)

- **Dyspepsie** – porucha trávení
- **Celiakie** – chronické onemocnění sliznice tenkého střeva, přecitlivělost na gluten (lepek)
- **Crohnova nemoc** – bolest břicha, nepřestávající průjem, zvracení, kožní výrůstky, krvavá stolice, bolesti břicha, křeče
- **Srdeční šelest** – je znamením, že krev v srdci neteče normálně
- **Malabsorpční syndrom** – v důsledku poruchy trávení nebo vstřebávání
- **Nefrotický syndrom** – dítě vymočí více než 1g bílkoviny na m² povrchu těla, otoky víček, obličeje, nohou
- **Dyslalie** – vadná výslovnost jedné či více hlásek
- **Breptavost** – narušení plynulosti mluvení, extrémně zrychlené tempo řeči
- **Koktavost (zadrhávání)** – porucha plynulosti mluvního projevu způsobená křečemi svalstva dechového, hlasového, artikulačního a diskoordinaci jejich činnosti při mluvení

- **Afázie** – ztráta již naučených schopností dorozumívat se řečí mluvenou, psanou, čtenou, příčinou je ložiskové poškození mozku
- **Astma** – kašel, svíravý pocit na prsou, hlasité dýchání, sípot, silný záchvat – rychlé, povrchní dýchání, zrychlený puls, panika, neklid
- **Plané neštovice** – svědivá vyrážka, zpočátku malé červené tečky, později puchýře naplněné tekutinou, které praskají a pokrývají se strupy
- **Zarděnky (rubeola)** – zduřelé uzliny, vyrážka (červené nebo růžové tečky nebo skvrny), bolesti v kloubech
- **Příušnice** – zvýšená teplota, nechutenství, únava, zvětšené krční uzliny a zduřelé slinné žlázy pod uchem blízko čelisti na jedné nebo obou stranách
- **Spalničky** – horečka, příznaky podobné nachlazení, zduřelé uzliny, červené oči, pupínky po celém těle se slévají ve velké skvrny
- **Spála** – červená sliznice, bolest v krku, bílý povlak na mandlích, oteklé krční uzliny, červené vyrážky
- **Enterobióza** – původce roupi (běžní střevní cizopasnici), bolestivé svědění kolem řiti
- **Zánět mozkových blan (meningitida)** – ztuhlost šíje, zvracení, vyrážka
- **Zánět mozku (encefalitida)** – virového původu, přenáší komáři, klíšťata



- Hernie (kýla)





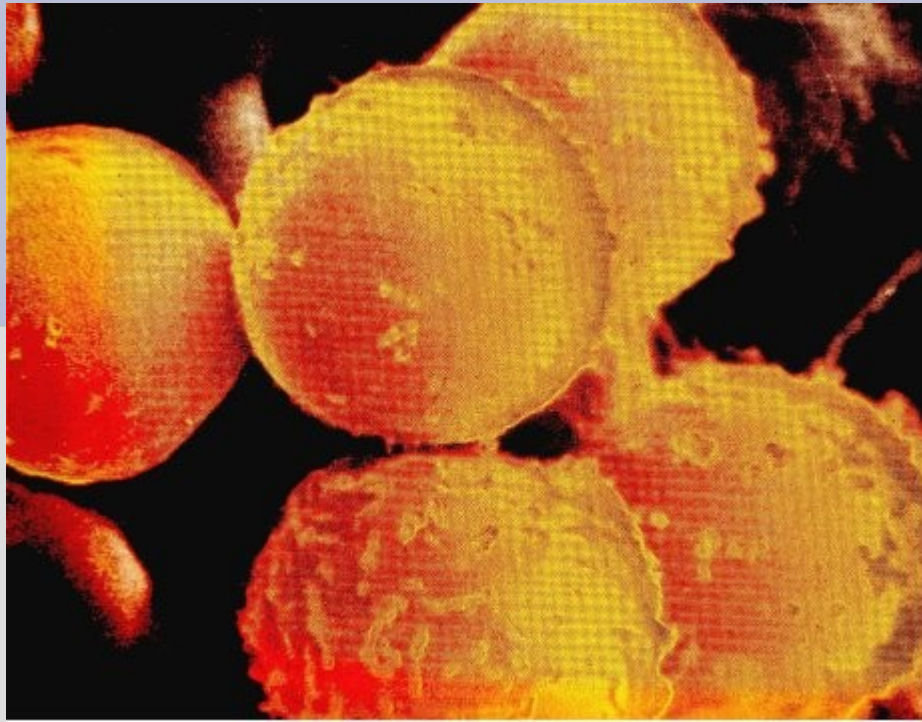
- Plané neštovice

- Zarděnky (rubeola)

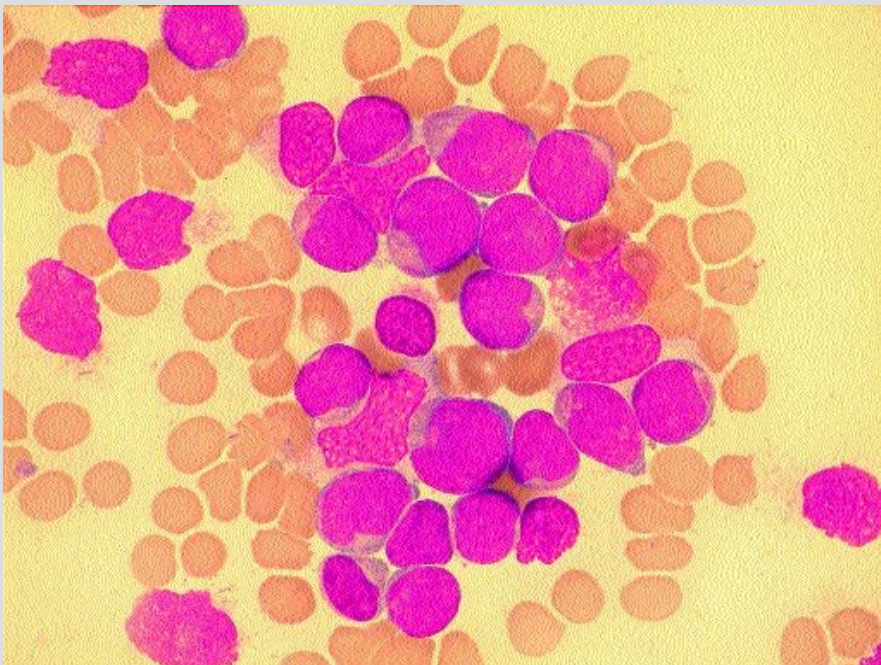




- Spála



- Dětská leukémie





- Zánět mozku (encefalitida)



Výživa u dětí

- Příjem energie za den je velmi stálý
- Závislost na jednom druhu potravy může způsobit nerovnováhu v jídelníčku
- Předškolní děti mají menší chuť k jídlu
- Dítě by mělo jíst 5x denně, svačiny jsou velmi důležité
- Při výběru potravin se řídíme dle potravinové pyramidy, vybíráme z následujících potravinových skupin (cereálie, ovoce, zelenina, maso, ryby, drůbež, vejčká, luštěniny, mléko a mléčné výrobky)
- Omezeně by měla být konzumována sůl, sladkosti, neměla by chybět vláknina

- **Neofobie** chrání dítě před možnými škodlivými látkami, jedovatými rostlinami, zkaženými potravinami, objevují se při podání nezvykle vypadajícího pokrmu
- Dítěti trvá poměrně dlouho než se naučí vypovídat o tom, co jedlo
- **Averze**
- **Preference**
- Dětská strava by **měla obsahovat** libová masa (bílkoviny, Fe, Zn, vitamíny B1, B2), ryby (I, F, vit. A, D), polotučné mléko, nízkotučné mléčné výrobky (Ca), obilniny (vláknina, Fe, Ca, vit. B1, B6), luštěniny, ovoce, zelenina

- Dětská strava by **neměla obsahovat** tučná a smažená jídla, potraviny s vysokým obsahem živočišných tuků, uzeniny, dráždivá koření, vysoce slazená jídla, lahůdky obsahující majonézu

Poruchy výživy

- Závažné jsou obtíže, mající úzký vztah k dlouhodobým nevhodným nutričním návykům
- **Obezita** (nadměrný příjem potravy přesahující fyziologické potřeby organismů)
- řada chorob, projevujících se v dospělosti, má svůj počátek v dětství (v ČR má nadváhu 9% dětí, obézních 6%, asi 80% jich zůstává obézní i v dospělosti)



Použitá literatura

- STŘELEC, Stanislav, et al. *Kapitoly z rodinné výchovy*. 1. vyd. Praha : Fortuna, 1992. 160 s. ISBN 80-85298-84-8.
- HRADIL, Radomil. *Výchova a zdraví našich dětí*. 1. vyd. Praha : Fabula, 2007. 240 s. ISBN 978-80-86600-39-0.
- DUNOVSKÝ, Jiří, et al. *Sociální pediatrie : vybrané kapitoly*. 1. vyd. Praha : ISBN, 1999. 284 s. ISBN 80-7169-254-9.
- Rodinný domácí lékař. 1. vyd. Praha : Práh, 2001. 350 s. ISBN 80-7252-049-0.
- GOLDMANN, Radoslav, et al. *O chorobách dětí školního věku 3*. 1. vyd. Olomouc : Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. 110 s. ISBN 80-244-1414-7.