

BATOLE

Růst a vývoj dítěte. Charakteristika.
Nejčastější patologie. Výživa u dětí.
Poruchy výživy.

Období batolete trvá od 1. do konce 3. roku.

Název je odvozen od nejisté, batolivé chůze.

Pro toto období je charakteristické:

- osamostatňování dítěte v základních životních funkcích
- chůze
- přijímání potravy
- udržování čistoty
- řeč
- poznávání prostředí, ve kterém žije

Růst a vývoj dítěte

Během druhého roku života děti vyrostou průměrně o 11 – 12 cm, za třetí rok o 8 – 9 cm.

Mezi 3. – 4. rokem již přecházejí do fáze lineárního růstu s průměrnými ročními přírůstky kolem 6 cm.

Hmotnost narůstá o 3 kg za druhý rok a od 2 do 6 let pak zhruba o 2 kg ročně.

Tříleté dítě váží v průměru 96 cm a měří 15 kg.

Hoši jsou v batolivém a předškolním období průměrně o 1 cm vyšší a o 1/2 kg těžší než dívky.

Pro proporcionalitu těla je stále charakteristická relativně velká hlava, dlouhý trup a krátké končetiny

V období batolete se dokončuje prořezávání zubů dočasného chrupu (*první dentice*).

Komplexní dočasný chrup dítěte má 20 zubů.

Skládá se z osmi řezáků, čtyř špičáků a osmi stoliček. Neobsahuje zuby třenové.

Pohybové schopnosti dítěte:

- postupně zvládá chůzi a později i běh, vyleze na židli
- seskočí z malé výšky, chodí po schodech (ve 3. roce střídá nohy)
- dovede chvíli stát na jedné noze
- pije samo z hrnečku a začíná jíst lžičkou, navlékne si ponožku a obuje botu

Kolem jednoho roku užívá dítě tři až pěti slov a zná jejich význam.

Ke konci 2. roku se jeho slovní zásoba rozšiřuje až na dvě stě slov.

Naučí se tvořit věty o dvou až třech slovech. Učí se pojmenovávat předměty a dává otázku „Co je to?“. O sobě mluví ve třetí osobě.

Ve třech letech zná dítě kolem tisíce slov. Naučí se krátkou básničku.

Začíná používat zájmeno „já“.

Pohyb

12 měsíců: Chodí s držením jedné nebo obou rukou, obchází kolem nábytku a to kroky do strany.

18 měsíců: Může se dostat nahoru a dolů po schodech s pomocí ruky nebo přidržování.

2 roky: Snadno běhá. Umí si otevřít dveře. Kope do balonu bez balancování.

3 roky: Umí řídit tříkolku a chodit na špičkách. Používá střídání nohou k chůzi do schodů.

Manipulace (zručnost)

12 měsíců: Úmyslně pouští hračky jednu po druhé na zem a dívá se, jak padají.

18 měsíců: Umí postavit věž ze tří nebo čtyř kostek. Čmárá na papír tužkou nebo pastelkou.

2 roky: Obrací stránky v knize po jedné. Umí postavit věž ze šesti nebo sedmi kostek.

3 roky: Umí kopírovat čárky a kolečka. Také kopíruje most postavený ze tří kostek.

Sociální chování

12 měsíců: Drží od sebe ruce a nohy při oblékání. Rozumí některým jednoduchým povelům.

18 měsíců: Dobře používá lžíci. Naznačuje potřebu jít na toaletu. Používá některá slova.

2 roky: Natahuje si boty a ponožky. Tvoří jednoduché věty. Říká si o jídlo a pití.

3 roky: Rozumí myšlence sdílení. Hraje si s ostatními. Zkouší uklízet. Používá vidličku.

Běžná onemocnění dětského věku

Onemocnění z potravin: salmonelóza, průjem, plynatost

Ušní:

- **Zánět středního ucha** - je **častým** onemocněním **malých dětí**, komplikace vleklé rýmy, či jiného virového onemocnění dýchacích cest. Onemocnění je nepříjemné a poměrně bolestivé.

Neléčené může vyvolat komplikace a sluchovou nedostatečnost.

- **Infekce vnějšího zvukovodu** - zánět kůže pokrývající vnější zvukovod

Příčiny: dítě často plave v chlorované vodě, zanesse si infekci z poraněné kůže, dítě trpí ekzémem - je náchylný k této infekci, voda v uších

Příznaky: bolest v uchu, citlivost ucha na dotek, zarudlý zvukovod, výtok z ucha, svědění v uchu.

Alergie

Potravinová alergie - nepřiměřená reakce imunitního systému na bílkoviny obsažené v potravě.

Reakce se obvykle projeví krátce po podání jídla nebo za několik dní.

Kožní a slizniční projevy: kopřivka, ekzém (atopická dermatitida) - svědivá kožní vyrážka, otoky sliznice ústní dutiny a rtů, afty v ústech, praskliny koutku úst, rýma, zánět ucha, kýchání, dušnost, astma, záněty průdušek a plic.

Střevní projevy: bolesti břicha, nucení na zvracení, zvracení, průjem, zácpa, nadýmání, neprospívání způsobené špatným vstřebáváním živin z potravy.

Změny v chování: zvýšená dráždivost, poruchy spánku, neutišitelný pláč.

Podobné příznaky mohou mít i jiná onemocnění, která by neměla být s potravinovými alergiemi zaměňována, např.:

- zvracení a průjem vyvolané bakteriální nebo virovou střevní infekcí nebo velkým množstvím cukru v potravě (např. při pití sladkých nápojů a ovocných džusů),
- podráždění kůže vyvolané kyselinami obsaženými v některých druzích ovoce a zeleniny (citrusy, jahody, rajčata), některá onemocnění vyvolaná potravinami, např. laktózová intolerance (neschopnost trávit mléčný cukr laktózu) nebo celiakie (nesnášenlivost lepku), která nejsou potravinovými alergiemi, kojenecké koliky, které zřejmě nemají alergický původ.

Alergické reakce u dětí nejčastěji vyvolávají následující potraviny:

kravské mléko, vaječné bílky, arašídny, sója, pšenice, stromové ořechy (vlašské ořechy, lískové ořechy, pistácie, kešu), ryby, mořské plody.

Uvedené potraviny jsou nejčastějším původcem alergických reakcí u dětí (tvorí více než 90 % případů), dítě však může být alergické i na jakýkoliv jiný druh masa, zeleniny, ovoce, obilovin, semen či jiných potravin. Vážné alergické reakce vznikají nejčastěji po konzumaci arašídů, oříšků a mořských ryb a plodů.

Astma : u kojenců, batolat a předškolních dětí do věku 4-5 let (malé děti) je stanovení diagnózy astmatu mnohem složitější z několika důvodů. Za prvé vyšetření plicní funkce a koncentrace oxidu dusnatého ve vydechovaném vzduchu nelze při použití běžných metod provést z důvodu nespolupráce. Za druhé diagnostická rozvaha u malého dítěte s opakovanými epizodami pískotů, které jsou hlavním diagnostickým klinickým kritériem astmatu, se zásadně liší ve srovnání s jinými věkovými skupinami. Pískoty jsou častým, a hlavně nespecifickým příznakem a ve většině případů se nejedná o počínající atopické astma. Význam pro stanovení diagnózy nemá ani stupeň obstrukce dýchacích cest, protože nevypovídá o příčině ani o prognóze onemocnění.

Další onemocnění dětského věku:

Močové cesty: pomočování, zánět moč. měchýře

Dýchací cesty: kašel, nachlazení, rýma, záněty hrtanu, mandlí, nosohltanu, průdušek, zápal plic, zvětšená nosní mandle

Oční: ječné zrno, šilhavost, zánět spojivek

Kožní: bradavice, ekzémy, lupénka, opar, koutky, vši

Infekční: chřipka, plané neštovice, příušnice, spála, spalničky, zarděnky

Výživa batolete

- Po 1. roce života** obohacujeme stravu obilovinami již s lepkem – žito, oves, ječmen, pšenice, ječné kroupy, ovesné vločky, těstoviny z celozrnných obilovin, polévku (méně slanou).
- V 18. měsíci** můžeme nabídnout rybu, nejdříve sladkovodní později mořskou a také maso.

Nechutenství

- starší kojeneček, batole a předškolní a školní děti by měli jíst 5x denně velmi pestrou stravu s dostatkem zeleniny.
- často pijí značně přeslazené nápoje.
- tyto nápoje plné tzv. prázdných kalorií děti zasytí - dítě nechce obědovat či večeřet.
- jídlo musí být chutné a musí vábit i zrak.
- nejdůležitější je zásada, že na talíři má být vždy jen tolik jídla, kolik je dítě schopno sníst.

Zdroje:

Dr. Tony Smith – Lidské tělo, Fortuna Print

Jitka Machová – Biologie člověka pro učitele, Nakladatelství
Karolinum

Jar. Kotulán – Zdravotní nauky pro pedagogy, Brno 2005