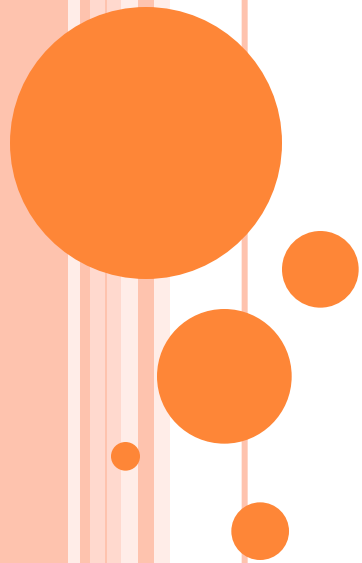


Růst a vývoj dítěte: KOJENEC



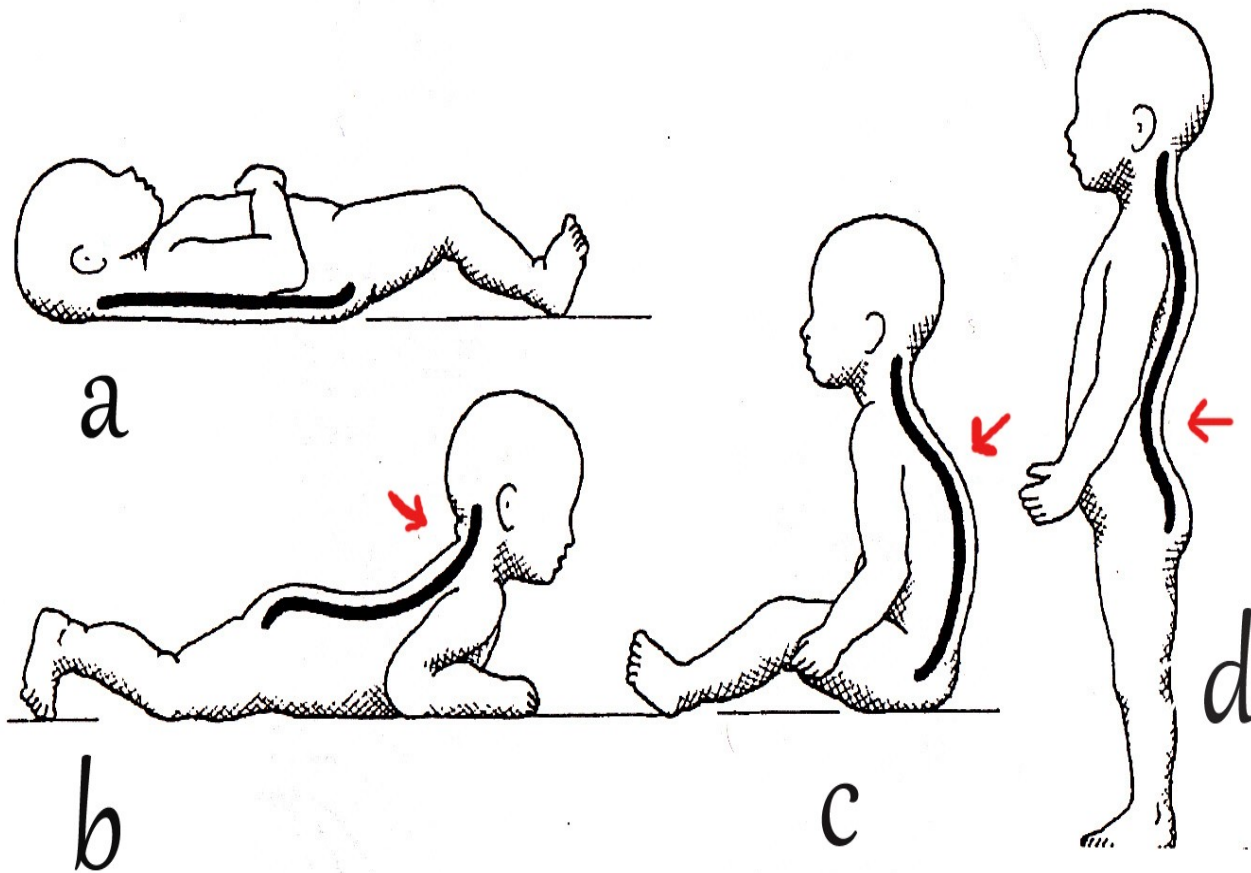
V TOMTO OBDOBÍ DÍTĚ

- V lehu na zádech zvedání nožiček (posilování břišních svalů, otáčení a zvedání hlavičky, pasení koníčků, plazení, lezení, sed, stoj, obcházení věcí s přidržováním)
- Sahání po věcech, jejich přitahování
- Smyslové vnímání
- Sledování okolí

- Abeceda pohybové aktivity dětí
- Pohyb v životě dítěte



Zakřivení páteře: 3.měsíc – zvedání hlavičky (krk -lordóza), 6.měsíc – sedání (hrudník – kyfóza), 12.měsíc – stoupání (bedra – lordóza)



SOCIÁLNÍ A DUŠEVNÍ VÝVOJ

- Poznávání sebe v zrcadle
- Radost z aktivních her-
smích (zvedání nad hlavu)
- Nebojí se cizích lidí
- Napodobování cizích
zvuků
- Aktivní při hrách s
tleskáním (paci pacičky)



VÝBĚR HRAČKY

- Jasně barevná
- Snadno uchopitelná
- Lehká a snadno manipulovatelná
- Vydávající zvuk
- Bezpečná!!!!



BEZPEČNÁ HRAČKA

- Nesmí být malá (spolknutí)
- Nikoli alobal, igelit a jiné přilnavé obaly (udušení)
- Nic s polystyrenu, měkké gumy (spolknutí úlomků----- nejsou vidět pod rentgenem!!!!)
- Neostré předměty!!! (nůžky, plechovky,...)
- Časopisy, knihy,..(škodlivá je tiskařská barva)



- Rozvoj řeči
- První pokusy 4-5 měsíců (vrnění, broukání, pištění, mlaskání,....)
- Vyjadřování nálady (v 6 měsících)
- První slůvka- konec prvního roku: **mama, tata, baba,...** (3-5 slov)
- První řeč okolo 11- 12 měsíce



Video



SPÁNEK

- Výběr vhodné postýlky (s postranicemi)
- Čím je dítě starší, tím ubývá a vyhraňuje si přesné časy na spaní (pravidelnost)
- Mezi 7-9 měsícem nechce usínat samo bez matky
- Okolo 9 měsíců už usíná automaticky, mozek mu řekne když má jít spát.



STRAVA

- Přirozená (kojení)
- Umělá (náhražky mateřského mléka,..)
- **Kojení** je krmení novorozeného nebo malého mláděte mlékem z mléčné žlázy matky. Jedná se o způsob výživy mláďat, který je společný všem savcům včetně člověka.
- Dítě má sací reflex.



- Ideální je aby dítě bylo kojeno alespoň 6 měsíců.
- Mateřské mléko má ideální teplotu, složení a obranné látky.
- Tvorba a vylučování mléka se nazývá laktace. Když dítě saje, hormon oxytocin vypuzuje mléko z alveolů (sklípků) mléčné žlázy do mlékovodů za prsním dvorcem a dále dítěti do úst.



UMĚLÁ VÝŽIVA

- 3-5% žen své dítě nekojí, protože nemají mléko
- Mateřské mléko se nahrazuje umělou výživou. Například **Nutrilon**
- Později příkrmování šťávami, přesnídávkami, mixovanou zeleninovou stravou,....
- !!!!exotické ovoce, jahody... - alergeny



DĚTSKÉ NEMOCI

- **Bolesti břicha:** u kojenců jde většinou o nadýmání, které bývá způsobeno stravou.
- **Celiakie:** nesnášenlivost gliadinu, reakce na lepek. Vzniká většinou po zahájení příkrmování výrobky z obilí.
- <https://www.youtube.com/watch?v=HQZc-ChXhW8>



- **Horečka:** jedná se o reakci organismu na onemocnění. Často se může jednat o bakteriální infekci, které se tělo brání
- Léky—Nurofen(od 3 měsíců)
- !!!febrilní křeče!!! –
https://www.youtube.com/watch?v=xV_h-ole6RI
- Následek málo tekutin při horečce, při zánětech,...
- Jsou-li křeče časté a silné může dojít k narušení zásoby mozku kyslíkem a následovat ztráta vědomí.
- **Kašel:** vyvolají jej bakterie, viry nebo cizí tělíska, která se dostali do dýchacích cest.



- **Kopřivka:** alergická reakce kůže. U malých dětí často vyvolaná reakcí na určité potraviny. Po těle se tvoří malé pupínky, které jsou vyplněny plazmou, která přechází z těla do kůže
- Potraviny vyvolávající kopřivku: kiwi, med, ořechy, ryby, mušle, vajíčka, obilí a jahody – alergeny!
- Kopřivka – odkaz na obrázky



- **Moučnivka:** =soor

Jedné se o přemnožení kvasinek (Candida), které napadají sliznici dutiny ústní (tváře, jazyk,..) později celé trávicí dutiny.

Dítě nesmí žádné sladkosti, **ani slazený čaj.**

- [Moučivka - odkaz na obrázky](#)



- **Prořezávání zubů:** první zuby se prořezávají mezi 5-9 měsícem (bolest dásní, někdy může dojít i k zánětům vyvolávající ostrou bolest).

Často se objeví i horečka, vyrážka nebo průjem.

Rýma: při nákaze kapénkovou infekcí, potíže při dýchání nosem.

Kojenci neumí dýchat pusou a smrkat, proto se jim musí rýma odsávat. Potíže jim dělá i pití- **neumí dýchat pusou.**

Zácpa: nestrávená potrava zůstává dlouho v tlustém střevě, zde se odvodní a stává se silně zahuštěnou, tuhou. Projevuje se bolestí břicha, křečemi, nepravidelnou stolicí, tuhou stolicí.



BABY COLICA

- **stav, kdy dítě intenzivně pláče více jak 3 hodiny denně, nejméně 3 dny v týdnu**
- postihuje 15-40 % kojenců
- začíná ve 2. - 3. týdnu života, spontánně vymizí mezi 3. - 4. měsícem
- postihuje kojené i nekojené děti
- probíhá v návaznosti na jídlo, pozdě odpoledne a večer



- Syndrom náhlého úmrtí dítěte
- Tipy na první pomoc u miminek



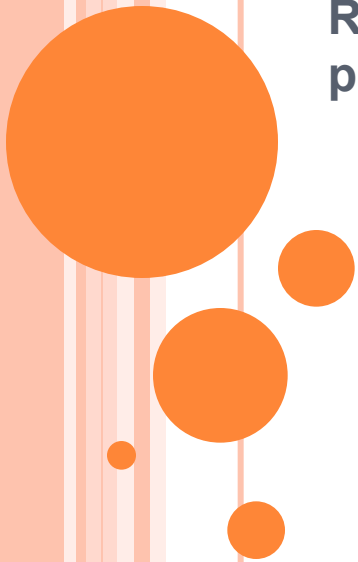
DALŠÍ ZDROJE

- Brian Ward, *Péče o dítě 0-3 roky*, Osvěta 1996, 264 stran, ISBN: 80-88824-45-1
- Gisela Sommer, *Dětské nemoci*, Vašut 2007, 323 stran, ISBN:978-80-7236-526-5
- Miroslav Matoušek, *První rok dítěte*, Avicenum Praha 1987, 3 vydání, 264 stran, ISBN:08-012-87



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



Video



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.



ROZVOJ ŘEČI

- 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“.



Zkus si pustit video



POHYB

12 měsíců: Chodí s držením jedné nebo obou rukou, obchází kolem nábytku a to kroky do strany. Postupně zvládá chůzi i běh. Od 1 roku kutálí a hází míčem.

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, dovede chvilku stát na jedné noze. Před kopnutím a hodem a skokem se vždy zastaví.

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. Postupně umí navléknout ponožku a obléct botu.

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.



UČÍ SE NÁPODOBOU



UČÍ SE NÁPODOBOU



VÝŽIVA BATOLETE

- Pestrá a vyvážená strava nám zajišťuje doporučený poměr základních živin, vitamínů a minerálních látek.
- **ALE** myslíme na doporučení SZO-
mateřské mléko mělo být nedílnou součástí ve stravě dítěte do dvou let.



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 (raději bio).



Zkus si pustit video



NECHUTENSTVÍ

Starší kojeneček, batole a předškolní a školní děti by měli jíst 5x denně velmi pestrou stravu s dostatkem zeleniny.

Děti často pijí značně přeslazené nápoje a stejně přeslazené čaje. Tyto nápoje plné tzv. prázdných kalorií děti zasytí a pak není divu, že 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.

Stále v myslích našich maminek přetrvává snaha hodnotit zdravý vývoj dítěte podle váhové křivky. Je to nesmysl!!! Podstatně významnějším měřítkem prospívání dítěte je jeho růst!



BĚŽNÁ ONEMOCNĚNÍ DĚTSKÉHO VĚKU

Onemocnění z potravin: salmonelóza, průjem, plynatost

Ušní: zánět středního ucha, infekce vnějšího zvukovodu

Alergie, astma

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 (**o každé nemoci vědět podrobnosti**)



- Neštovice

<https://www.youtube.com/watch?v=grrFeiY5Yoo>

- Příušnice

<http://www.priusnice.cz/>

- Spála

<http://spala.cz/>

- Spalničky

<https://www.ockovacentrum.cz/cz/spalnicky>

- Zarděnky (Rubeola)

<https://www.ockovacentrum.cz/cz/zardenky>



Další zdroje:

Dr. Tony Smith – Lidské tělo, Fortuna Print

Jitka Machová – Biologie člověka pro učitele,
Nakladatelství Karolinum

Jar. Kotulán – Zdravotní nauky pro pedagogy, Brno
2005



DĚKUJI ZA POZORNOST

