

Dziecko: drugi miesiąc

Wraz z ukończeniem 28 dni dziecko przestaje być noworodkiem i staje się niemowlęciem na najbliższe 11 miesięcy. Dla noworodka istniał jedynie świat doznań wewnętrznych. Niemowlę w drugim miesiącu życia zaczyna interesować się światem zewnętrznym.

PSYCHIKA I ZMYŚŁY

Doskonali się słuch dziecka na tyle, że gdy usłyszy wyraźny dźwięk, na moment nieruchomieje i nasłuchuje. Jest w stanie odróżniać intonację, rytmikę i natężenie głosu matki. Może ona nauczyć dziecko właściwego reagowania na pewne, powtarzające się słowa i gesty, np. układając dziecko jak do karmienia i mówiąc "Otwórz, otwórz" może spowodować, że dziecko otworzy buzię z zamiarem chwyceniem piersi. Wzrok również staje się doskonalszy. Niemowlę obserwuje przedmioty, głównie kolorowe lub świecące. Potrafi na moment ufixsować wzrok na obiekcie oddalonym o ok. 20 cm od oczu. Jeśli ów przedmiot będziemy przesuwać z prawa na lewo i z powrotem, dziecko będzie wodzić za nim wzrokiem. Najczęściej obiektem obserwacji położonym w dobrej odległości jest twarz mamy, która karmi swoje maleństwo lub tuli je w objęciach. Dziecko z zainteresowaniem obserwuje mimikę twarzy, mruganie powiekami, opadające włosy, poruszające się wargi. Dzięki wnikliwemu studiowaniu matczynej twarzy, niemowlak podejmuje próby odwzorowania min, najczęściej uśmiechu. Pierwszy uśmiech to wielkie wydarzenie dla całej rodziny, choć najczęściej zostaje nim obdarzona tylko mama. Skóra jest nadal bardzo wrażliwa na dotyk. Niemowlę tak wyraźnie odczuwa różnice temperatury czy szorstkość zarostu taty, że może reagować płaczem na takie niedogodności. Ale, za to poprzez głaskanie, masaż, tulenie można ukoić płacz i niepokój. MOWA

Mogą pojawić się pierwsze gardłowe dźwięki w rodzaju: "eegh", "aah", "agh", ale płacz jest nadal głównym sposobem porozumiewania się. Płacz niemowlęcia dwumiesięcznego zaczyna być już nieco zróżnicowany: jeden wyraża głód, inny ból, inny zmęczenie. Nie wszyscy rodzice potrafią to odróżnić i często niesłusznie interpretują każdy płacz, jako oznakę głodu. A jak wiadomo przyczyn płaczu w tym wieku jest bardzo dużo. Dziecko może płakać, bo:

- jest zmęczone
- jest przegrzane
- jest zmarznięte
- ma oddać gazy
- potrzebuje odbić połknięte powietrze
- boli go brzuszki lub inna część ciała
- uwiera je guzik lub suwak
- źle znosi bezruch łóżeczka
- potrzebuje kontaktu z mamą
- przestraszyło się hałasu, nagłego potrząśnięcia wózkami, przewijakiem itp.

Prawidłowego rozpoznawania przyczyn płaczu małego niemowlęcia nabywa się wraz z doświadczeniem. Przy pierwszym dziecku jest to bardzo trudne, przy kolejnych dzieciach staje się prostsze. Błędna interpretacja niejednokrotnie prowadzi do niepotrzebnego dokarmiania sztuczną mieszanką i jest jedną z przyczyn skracania okresu karmienia piersią. RUCH

Niemowlę w drugim miesiącu życia potrafi unieść na chwilę główkę do góry w pozycji na brzuchu. Następnie główka opada na podłogę, albo na nos, albo na lewy lub prawy policzek. W pozycji półsiedzącej, główka prawie całkowicie opada do tyłu.

Wszystkie odruchy z okresu noworodkowego są nieco słabsze, ale jeszcze obecne. Jako pierwsze znika odruchowe chwytnie podanego do rączki przedmiotu. Napięcie mięśni zginaczy kończyn zaczyna słabnąć, dlatego pozycja dziecka jest bardziej swobodna. Dłonie przez coraz dłuższe okresy bywają rozluźnione, nie ściśnięte w pięstki. Dziecko nadal większość czasu spędza w pozycji leżącej na plecach, boku lub brzuchu, tak jak zostanie położone. Jednak niektóre dzieci tak silnie prostują rączki w pozycji na brzuchu, że mogą przekręcać się na bok lub plecy. Położone na boku mogą tak "kopać" nóżkami, że w efekcie też przewrócą się na plecy. RYTM DNIA

Wynikiem rozwoju percepcji, czyli zdolności do odbierania bodźców z otoczenia, jest odróżnianie dnia od nocy. Ponieważ w nocy jest ciemno i dzieje się mniej (nie jest to regułą w rodzinie, która prowadzi nocny tryb życia) niemowlę zaczyna wydłużać okresy snu nocnego. Natomiast w dzień wydłużają się okresy czuwania, dziecko może częściej zgłaszać się do karmienia. Zaczynają zdarzać się takie pojedyncze karmienia po których dziecko nie zasypia, tylko ogląda świat. UKŁADY WEWNĘTRZNE

W drugim miesiącu życia znacznie obniża się liczba krwinek czerwonych we krwi i czerwonego barwnika krwi zwanego hemoglobina. Jest to związane z szybszym rozpadaniem się krwinek czerwonych i słabym

wytwarzaniem nowych. Zjawisko to występuje u wszystkich niemowląt w tym wieku i mija samoistnie, dlatego nazywane jest fizjologiczną niedokrwistością. Skóra dziecka robi się teraz dużo bledsza niż skóra noworodka.

Niemowlę je coraz więcej, ale coraz sprawniej. Można już zauważyć pewien rytm karmień. Poszczególne karmienia mają teraz swoje pory i specyfikę. Jedne są wyraźnie dłuższe, kończące się zaśnięciem np. wieczorne, popołudniowe. A niektóre krótkie, w małych odstępach. Matki zaczynają rozpoznawać ten rytm i mogą łatwiej zaplanować dzień. Układ trawienny jeszcze bardzo niedojrzały, ścianki jelit łatwo przepuszczają duże cząsteczki uczulającego, obcego białka. Niemowlęta mogą zacząć reagować bólami brzuszka na niektóre produkty w diecie matki lub w składzie mieszanki mlecznej, którą są karmione. Reakcje uczuleniowe mogą też zacząć objawiać się na skórze. Dzieci mogą mieć kłopoty z trawieniem objawiające się kolką. Kolka to typowy dla pierwszych miesięcy życia napad bolesnych skurczów jelit, który objawia się płaczem, podkurczaniem nóżek, prężeniem się, zaciskaniem piąstek i oddawaniem gazów. Wiele dzieci cierpi z powodu kolki, co nie wpływa niekorzystnie na ich rozwój psychomotoryczny. Około 6-8 tygodnia może zmienić się rytm wypróżnień. Po okresie kilkudniowego braku stolca, następuje ustalenie nowego rytmu np. 1 - 2 stolce dziennie, albo 1 na dwa dni. Jeśli stolec jest rzadziej niż codziennie, ale jest prawidłowy, czyli papkowaty, należy uznać to za rytm właściwy dla danego dziecka i nie rozpoznawać u niego zaparcia. OPIEKA

Po 6 tygodniach od pierwszego szczepienia, czyli u większości dzieci po ukończeniu 6 tygodni życia - wizyta kontrolna w poradni D. Podczas tej wizyty dziecko jest ważone, badane i szczepione przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu B (szczepionką Engerix) oraz przeciwko błonicy, tężcowi, krztuścowi (szczepionką DiTePer).

Ponieważ dziecko będzie już wyraźnie odczuwało ból związany z ukłuciami, warto pomyśleć o kremie znieczulającym EMLA. Trzeba go rozprowadzić w odpowiedniej ilości (zgodnie z ulotką) na lewym ramieniu i na lewym udzie dziecka, następnie przykryć ceratką i lekko zabandażować na około godzinę przed szczepieniem. Pozwoli to zmniejszyć niemiłe przeżycia w przychodni dla mamy i dziecka. Warto malucha tak ubrać, żeby jak najsprawniej udostępnić pielęgniarce miejsca do szczepienia. Koszulka niech ma dość szerokie rękawy, aby dały się łatwo podwinąć, a spodnie niech będą do pasa lub z szeroką nogawką.

Wypryski na skórze mogą mieć różny charakter. Dość często pojawiają się skupiska grudek i silne zaczerwienienie w okolicach pośladków. Jest to rumień pieluszkowy, który najlepiej leczy się zostawiając dziecko bez pieluszki kilka razy w ciągu dnia. Ponadto trzeba dbać o to, aby przy każdym przewijaniu umyć wrażliwą okolicę, spłukać dobrze mydło i posmarować maścią o właściwościach odkażających. Przyczyną może być proszek, w którym prane są pieluchy lub tworzywo, z którego zrobione są pieluchy jednorazowe. Innym rodzajem wysypki są potówki - drobne krosteczki, niektóre w postaci pęcherzyków. Występują, gdy dziecko jest przegrzewane. Najczęściej pojawiają się w okolicach szyi, karku, na plecach, potem na buzi. W ramach leczenia trzeba zrewidować nasz stosunek do ilości zakładanych dziecku ubranek i temperatury w mieszkaniu. Można dotykać krosteczki 2-3 razy dziennie wacikiem do uszu nasączonym 3% roztworem sody, a jeśli to nie pomaga słabym roztworem spirytusu. Zupełnie inny problem to wyprysk uczuleniowy. Najczęściej na policzkach, czole, za uszami pojawiają się czerwone grudki. Początkowo trudno je odróżnić od potówek, ale gdy zaczynają się łuszczyć, sączyć i swędzieć, nie ma wątpliwości. Najpierw bierzemy pod uwagę proszek do prania ubrań naszych i dziecka, potem kosmetyki, które stosujemy na dziecięcą skórę. Jeśli eliminacja tych substancji nie daje efektu trzeba pomyśleć o uczuleniu na pokarmy spożywane przez mamę: mleko krowie i przetwory, pszenica, jaja, ryby, czekolada, cytrusy. Często eliminacja z diety krowiego mleka daje zdecydowaną poprawę. Na zmienioną skórę stosuje się maści obojętne, natłuszczające np. Linomag, maść cholesterolowa i in.

Gdy dziecko ulewa pokarm bezpośrednio lub jakiś czas po karmieniu, przyczyną może być:

- fizjologiczna niewydolność zwieracza przełyku
- zbyt szybki wypływ mleka z piersi lub zbyt duża dziurka w smoczku do karmienia
- następujące zbyt szybko po karmieniu zabiegi pielęgnacyjne
- karmienie w napięciu
- nietolerancja leków, pokarmówO poważniejszej przyczynie świadczy duża uporczywość wymiotów, zły stan ogólny dziecka, słabe przybieranie na wadze, gorączka, domieszki krwi w zwracanej treści. W takiej sytuacji - skontaktuj się ze swoim lekarzem.

Jeśli nic nie świadczy o poważnej przyczynie, można:

- przytrzymać dziecko przez parę minut po jedzeniu w pozycji pionowej, aby umożliwić mu dobiecie połkniętego powietrza
- nie przewijać bezpośrednio po jedzeniu
- w czasie przewijania nie zadzierać nóżek dziecka pionowo do góry, raczej unieść ręką pośladki
- łóżeczko dziecka ustawić tak, aby wezgiłowie było uniesione o ok. 30° w stosunku do podłoża
- karmić często, w małych ilościach

Gdy dziecko ma kolkę, można rozważyć:

- czy dziecko nie połyka zbyt dużo powietrza przy karmieniu
- czy po każdym karmieniu jest trzymane pionowo celem odbicia połkniętego powietrza
- czy opieka nie jest zbyt nerwowa
- czy matka nie spożywa produktów uczulających

Gdy dziecko płacze i nie wiesz co robić, spróbuj:

- wziąć na ręce, przytulić, chwilę ponosić
- przystawić do piersi
- zmienić pieluszkę
- pobujać w wózeku, najlepiej na świeżym powietrzu
- sprawdź, czy nie jest spocone - ubierz lżej
- sprawdź, czy nie ma lodowatych rączek - ubierz cieplej lub okryj kocykiem
- zmień pozycję, spróbuj czymś zainteresować
- zrób masaż brzuszka
- daj dziecko ponosić ojcu lub babci

Jeśli dziecko oddaje rzadziej niż dotychczas stolec twardy, zbity i wyschnięty, można rozpoznać zaparcie. U dzieci karmionych wyłącznie piersią zaparcia występują bardzo rzadko. Przyczyną może być uboga resztkowa dieta matki (za mało warzyw, owoców, grubych kasz, pełnoziarnistego pieczywa itp.), uczulenie, przedawkowanie witaminy D3. Zawsze jeśli nie pomaga zmiana diety dziecka ani matki oraz zmniejszenie dawki D3 trzeba zgłosić się do lekarza, aby postawił właściwą diagnozę. Nigdy nie należy prowokować stolców termometrem (można uszkodzić śluzówkę odbytu). KARMIENIE

Właściwym pokarmem jest mleko matki. W wyjątkowych przypadkach stosuje się karmienie mieszane (uzupełniane sztuczną mieszanką dla niemowląt).

Częstość karmienia jest ważna dla utrzymania laktacji na właściwym poziomie. Zatem dziecko powinno być karmione około 8-10 razy w ciągu doby, także w nocy.

Nadal podajemy witaminę D3 po 1-2 krople dziennie w okresie jesienno-zimowym i w dni deszczowe w okresie wiosenno-letnim

W drugim miesiącu może zdarzyć się tzw. kryzys laktacyjny, czyli przejściowy niedobór pokarmu. Jest on związany z grą hormonalną w organizmie matki. Dziecko przez jeden czy więcej dni jest niespokojne, ciągle chętne do jedzenia, mało śpi, dużo płacze. Piersi mamy stają się miękkie, robią wrażenie "pustych". Taki kryzys najlepiej przejść całkowicie odpowiadając na potrzeby dziecka, czyli karmić go tak często jak zechce. Dr Magdalena Nehring - Gugulska