

Dziecko: siódmy miesiąc

Siódmy miesiąc upływa pod znakiem wielkiego przełomu jakim jest osiągnięcie umiejętności samodzielnego siadania. Perspektywa z jakiej ogląda się świat staje się wreszcie taka, o jakiej maluch marzył przez ostatnie miesiące. Gdy podajemy mu ręce na przewijaku, bardzo chętnie i sprawnie podnosi się do pozycji siedzącej. Jeśli w tej pozycji zachwieje się - podeprze się rączką o podłogę. Z kolei, jeśli zechce sam usiąść będzie kombinował, podciągał się za szczebelki łóżeczka i również podparł rączkami o podłogę. Początkowo plecy będzie miał okrągłe i po krótkim czasie będzie się czuł zmęczony. Stopniowo pozycja tak udoskonali się, że plecy niemowlaka będą proste, nóżki swobodnie rozłożone i wyprostowane, nawet bardzo długie siedzenie nie będzie męczyć młodego odkrywcy świata. Położony do przebierania, czy przewijania spojrzy na mamę oburzony - Mnie kładziesz? Przecież nie jestem małym niemowlakiem!

Niektóre dzieci doskonałość w siadaniu osiągną teraz, inne nie będą się spieszyć, zresztą mają czas aż do 11 - tego miesiąca. Będą i takie, które najpierw klękną, potem staną, a dopiero potem siądą! Pozycja siedząca otwiera nowe możliwości, zwłaszcza dla rączek, które wreszcie nie muszą podtrzymywać tułowia, jak w pozycji na brzuchu. Dlatego od tej chwili zaobserwujemy kolejne kroki w udoskonalaniu chwytania. Większość dzieci będzie umiała przekładać swobodnie przedmioty z rączki do rączki. Mały gumowy piesek będzie wielokrotnie obracany, potrząsany i wygniatan. Następnie zostanie położony z rączki do rączki. Buzia wcale nie będzie potrzebna. Jeśli wzrok malca padnie na czerwony samochodzik, podniesie go wolną rączką, ale pieska nie puści! Obie zdobycze będzie trzymał w rączkach. Następnie spuści na ziemię pieska i będzie za nim z zachwytem patrzył. "Jak cudownie spadasz!" - pomyśli. Czerwony samochód zaraz dogoni pieska. Ku radości i rozpaczy rodziców wiele przedmiotów spotka w tym czasie taki los. Gorzej, że konsekwentny odkrywca świata będzie domagał się i pieska i samochodzika z powrotem. I to wcale nie po to, aby je trzymać, ale...żeby znów je spuścić z wysokości. Na spacerze trzeba być czujnym, bo niemowlaki nie odróżniają rzeczy ważnych od mniej ważnych. Łatwo stracić klucze do mieszkania, portfel, telefon komórkowy itp. Moja córeczka wyrzuciła na spacerze portmonetkę z dużą, jak na owe czasy, kwotą. Tata dał jej na chwilę, bo strasznie krzyczała, a do domu jeszcze było daleko. Ta chwila była dość kosztowna dla naszej rodziny.

Siódmy miesiąc to czas fascynacji małymi przedmiotami: okruszkami, dziurkami, groszkami, koralikami itp. Niemowlak, żeby je chwycić, będzie trenował chwyt szczypcowy. Czyli palcem wskazującym i kciukiem ustawionym przeciwstawnie będzie usiłował capnąć taki malutki przedmiot. I w końcu mu się to uda. Rączki nie są jeszcze tak sprawne, żeby ten maleńki przedmiot przekładać, obracać i zgniatać. Musi z pomocą przyjść buzia! I tu uwaga! Ze względu na zanikanie odruchu wypluwania, mały koralik może zostać połknięty. Strzeżcie się koralików!

Przez to całe zamieszanie z siadaniem wiele niemowlaków opuszcza się w tym czasie w rozwijaniu mowy. Dalej trenują serie sylab w różnych konfiguracjach. Coraz częściej są to twory dwusylabowe. Może zdarzyć się, że usłyszycie słowo ma-ma lub ta-ta. Jest to wielkie wydarzenie w domu, choć czasem trudno zagwarantować, że jest to całkiem świadomie kojarzone z osobą. Można więc poobserwować, czy maluch wymawia te sylaby bezwiednie, czy wtedy gdy ktoś z was wchodzi do pokoju lub pochyła się nad kojcem. Gdy tata wraca z pracy, warto mówić wyraźnie: "Idzie ta-ta!", "To ta-ta". Wtedy szybciej słowo zostanie właściwie skojarzone i zacznie być właściwie używane. Dziecko już teraz rozumie trochę podstawowych słów np. daj, nie, nie ma, idę, cycuś itp. Choć to nie oznacza, że na daj zawsze nam odda zabawkę! Rozwój mowy to melodia przyszłości, u niektórych dzieci dość dalekiej. Ale warto stymulować ten rozwój przez rozmawianie. Czasem daje się zaobserwować, że to co mówimy jest przechowywane w pamięci dziecka. Po dobrych kilku miesiącach, nie wiadomo skąd samo nazwie kurę "koko" mimo, że od wakacji nie widziało żadnej kury!

Inne, poza siadaniem, czynności ruchowe doskonalą się stopniowo i bardzo indywidualnie. Część dzieci będzie szykować się do raczkowania przez sprawne pełzanie w rozmaitych kierunkach. Inne będą raczej interesować się podciąganiem przy szczebelkach do pionu. Postawione przez nas na całych stopach przez moment utrzyma swój ciężar. Trzymane pod paszki, będzie odbijać się od podłogi. To udoskonalenie ruchów w różnych płaszczyznach pozwala siedmiomiesięcznemu ruchliwemu dziecku wykonywać bardzo skomplikowane operacje. Np. ujrzawszy w kącie pokoju kolorową torbę spacerową, spełźnie z koca i będzie kombinował jak ją chwycić. W końcu podpełźnie na tyle blisko, że ją chwyci i przyciągnie blisko siebie. Wtedy usiądzie, weźmie torbę w łapki i zacznie ją szarpać i trzepać, żeby wyrzucić zawartość. Znalezionej wewnątrz gazetę podrze na strzępy, drobiazgi porozrzuca wokół siebie. Sporo rzeczy spróbuje zjeść.

Najważniejszą sprawą w siódmym miesiącu jest osiągnięcie dojrzałości wszystkich układów do przyjmowania innych niż matczyne mleko potraw. Oczywiście dzieci dojrzewają w różnym tempie. Można to poznać obserwując cechy, które niezbitcie świadczą o tym, że na nowe jedzenie przyszedł fizjologiczny czas:

- samodzielnie siedzi
- bierze koralik lub okruszek chwytem szczypcowym i wkłada do buzi
- umie gryźć
- nie wypluwa odruchowo wszystkiego co dotknie języka
- interesuje się jedzeniem, często domaga się ssania piersi

Ciekawe jest, że u jednych cechy te zaobserwujemy wcześniej u innych znacznie później. Czyżby natura w ten sposób dawała znać, że niektóre niemowlaki np. alergicy powinny rozpocząć jedzenie nowych rzeczy nieco później? UWAGI PRAKTYCZNE - PIELEGNACJA

- Aby poradzić sobie z dziecięcą zabawą w wyrzucanie wszystkiego można:
- przywiązywać zabawki na sznureczkach do wózka. Może to być jeden kolorowy sznureczek, na który są nanizane grzechotki, gryzaczki itp. Dziecko ma poczucie, że wyrzuca za wózek, ale zabawka nie spada na ziemię i nie ginie.

- mieć kilka zestawów zabawek przy sobie i te, które spadną i ubrudzą się (na spacerze) - chować i podawać inne. Może wtedy przez dłuższą chwilę dziecko będzie oglądało nową rzecz nim ją wyrzuci. Niestety bywają osobniki uparte, które będą krzyczeć tak długo, aż dostaną to co chcą.

- Jeśli dwie powyższe metody nie sprawdzają się, trzeba zaopatrzyć się w cierpliwość i wilgotną szmatkę do wycierania zabrudzonych zabawek

- Mogą przydać się szelki do wózka

- Nadal uwaga na słońce! Staramy się nie ekspozować niemowlaka na pełne słońce. Na spacerze i na wyjazdy zabieramy lekkie czapeczki, parasolkę do wózka i kremy z filtrem. Kocyk w lesie rozkładamy w półcieniu, a na plaży pod parasolem. UWAGI PRAKTYCZNE - KARMIENIE

- mleko mamy jest nadal podstawą pożywienia, do końca pierwszego roku stanowi przynajmniej 2/3 jadłospisu

- kolejność wprowadzania potraw nie jest ściśle określona, kierujemy się porą roku, łatwością przygotowania i podania potrawy dziecku oraz wywiadem alergicznym. Najczęściej podawane produkty jako pierwsze to:

- jabłko - gotowane lub surowe, utarte łyżeczką
- ziemniak - gotowany bez soli, rozdrobniony widelcem, jeśli zbyt suchy to z dodatkiem wody lub maminego mleka, podawany łyżeczką
- marchewka - gotowana, rozdrobniona widelcem, jednak rzadziej stosowana ze względu na wysoką zawartość azotyn z nawozów, chyba, że z własnego ogródka lub słoiczka
- banan, kiwi, avocado - chętnie podawane dzieciom za oceanem, bardzo zdrowe i wygodne do podania
- kleik ryżowy - na wodzie lub pokarmie, chętnie podawany dzieciom słabo przybierającym na wadze

Zasada podawania jest prosta. Jeden produkt przez 3-5 dni. Zaczynamy od 1 łyżeczki, codziennie zwiększamy ilość o 1-3 łyżeczki. Ostatniego dnia testu dajemy dziecku potrawę do syta. Jeśli przez te dni nie zaobserwujemy żadnych objawów nietolerancji dany produkt może zostać w diecie.

Jeśli przetestujemy 1-3 warzywa, można ugotować pierwszą zupkę. Ugotowane warzywa np. ziemniak, buraczek, pietrucha, rozgniatamy, łączymy z wywarem jarzynowym i gotowe! Za jakiś czas można tę zupkę okrasić odrobiną masła, a także jakąś łagodną, aromatyczną przyprawą poprawiającą trawienie np. majeranek, oregano.

- Najważniejsze do zapamiętania: jeśli chcesz długo utrzymać laktację, nie zastępuj karmień zupką! Nowe rzeczy podawaj między karmieniami lub jedzenie zupki uzupełniaj piersią. Jeśli natomiast chcesz powoli wygasić laktację, zastępuj w tym miesiącu 1-2 karmienia zupką lub papką.

- Nie ma szczególnych powodów do podawania soków dzieciom pijącym mleko z piersi. O pierwszych soczkach powinny pomyśleć mamy dzieci karmionych w sposób mieszany.

- ze względu na gorące dni, szczególnie dbamy o to, aby jedzenie dla dziecka było świeże. Jeśli dziecko nie zje to resztki najlepiej dać zwierzakowi. Jeśli przygotowujemy trochę za dużo warzywnej papki można ją zamrozić w małych porcjach.

- Okres pomiędzy 6-9 miesiącem to dobry czas na przyzwyczajanie do jedzenia innych poza piersią potraw

- warto powoli zrobić z jedzenia pewien rytuał, przy stole na krzeselku, z całą rodziną lub przed południowym spacerem, lub gdy mama jest w pracy jedzonko podaje babcia

- potrzebny sprzęt do karmienia: łyżeczka, miseczka, widelec, śliniaczek. Zauważcie, że dziecku karmionemu piersią, które dopiero teraz powinno się rozszerzać dietę, nie jest w ogóle potrzebna butelka, mikser i podgrzewacz. Nasz malec je od razu z łyżeczki potrawy rozdrobnione, ale nie

miksowane

- jeśli posiadacz ząbków próbuje przygryzać mamie brodawkę, trzeba przerwać karmienie i zacząć jeszcze raz, aby takie zachowanie nie utrzymało się. Niektórym rozbójnikom wykrzywiona z bólu twarz karmicielki sprawia wielką radość i cieszą się niepomiarnie. Tym bardziej trzeba być stanowczym. nigdy nie należy zmuszać dziecka do jedzenia. Nasze wyobrażenia o tym ile i co powinno zjeść są często daleki od prawdziwych potrzeb małego organizmu. Nasze dziecko za najlepszy pokarm musi dostawać naszą miłość, a mamy walczące z dziećmi o każdą łyżeczkę zupki przekazują napięcie i brak akceptacji. Więc jeśli nie chce jeść, odczekaj 1-2 tygodnie i znów podejmij próbę. Obserwuj wskaźniki o których mowa wyżej. Zmień potrawę. Pamiętaj, że pokarm zapewnia dziecku wszelkie potrzebne składniki i przez te kilka dni nic mu się nie stanie.

Magdalena Nehring-Gugulska