



beba

zadivljujuća priča o
prve dvije godine života


desmond morris

PROFIL



sadržaj

predgovor	6
svako je dijete jedinstveno	8
nova beba	10
kako beba raste?	34
u pokretu	60
održavanje zdravlja	90
komunikacija	104
kako bebe uče?	124
emocionalni život	146
na pragu neovisnosti	172
kazalo	188
zahvale	192



predgovor

Čovjekovo je tijelo uistinu nevjerojatno, a ova knjiga slavi tu činjenicu. Mnoge knjige pisane su sa stajališta roditelja, nudeći savjete kako se skrbiti za dijete, no ova je knjiga drugačija. Umjesto pružanja savjeta, ona je uređena tako da dočarava preciznu sliku djeteta u prve dvije godine života, promatranu iz dječjeg kuta. Naoružani ovim informacijama, roditelji će dalje sami odlučiti kako skrbiti o svojem djetetu – od dana njegova rođenja, kada stigne malo, ranjivo i bez teksta, do dana kada slavi svoj drugi rođendan, već hodajući, pričajući i prihvaćajući izazove koje nudi svijet.

Od svih činjenica o djeci možda najviše zapanjuje ona da se dječja masa tijekom devet mjeseci, između začeca i rođenja, poveća za vrtoglavih 30 milijardi puta. Onog trenutka kad je dijete rođeno, rast se dramatično usporava, tako da između rođenja i kraja druge godine samo učetverostruči svoju veličinu. Ovo se roditeljima možda čini kao zadivljujući rast, no zapravo nije ništa u usporedbi sa zapanjujućim razvojem koji se odvija u maternici.

putovanje kroz evoluciju

Objašnjavanje dječjih osobina i sposobnosti vrlo je složeno. Sićušno tijelo novorođenčeta štite milijuni godina ljudske evolucije tijekom koje su se određenim slijedom razvile različite značajke. Novorođenče danas treba samo prijateljsko okruženje u kojem se ovo može odvijati.

Evolucija je novorođenče naoružala neodoljivom privlačnošću koja osigurava da se roditelji brinu o njemu, njeguju ga, hrane i održavaju čistim i utopljenim. Gotovo se svaka odrasla osoba pretvara u zaštitnika mališana kada se suoči s bespomoćnim paketom u svojim rukama koji ih gleda velikim, znatiželjnim očima.

uloga roditelja

Teret roditeljstva za ljude je izrazito težak i traje gotovo dva desetljeća za svako dijete, no roditeljstvo može biti i izvor silne sreće. A bebe nisu samo bebe nego mnogo više od toga. Na neki su način one naš jedini oblik besmrtnosti, jer su nositelji naše genetske linije osiguravajući tako našim genima da ne umru kada mi dođemo do kraja svojega života.

Važnost prve dvije godine djetetova života ne smije se podcijeniti. Mnoge navike koje dijete usvoji tijekom ovog osjetljivog životnog razdoblja obilježavaju ga čitavog života. Novorođenče koje odrasta u bogatom, raznovrsnom, uzbudljivom okruženju u kojemu je potaknuto na istraživanje, i o kojem skrbe roditelji puni ljubavi, ima najbolje mogućnosti razviti osjećaj za pozitivnu znatiželju, kreativnu radoznalost i aktivnu inteligenciju kojima će se koristiti poslije u životu. Unutar krhke glavice novorođene bebe ugnijezdilo se genetski naslijeđeno bogatstvo potrebno za daljnji razvoj. Sve što roditelj treba jest ponuditi svojoj bebi utočište koje će biti pogodno za razvoj, te će tako i omogućiti ispunjavanje njegova ljudskog potencijala. Tajna leži u oslobađanju prirodnih osjećaja ljubavi – dijete treba mnogo ljubavi i potpuno povjerenje u pouzdanost svojih zaštitnika u razdoblju razvoja.

svako je dijete jedinstveno

Iako ova knjiga promatra zajednička obilježja djece u prve dvije godine njihova života, ne smije se zaboraviti da je svako dijete jedinstveno. Svako dijete ima DNK koju ne dijeli ni s jednom osobom na svijetu – čak se i jednojajčani blizanci rađaju s različitim otiscima prstiju. Upravo genetička obilježja, u kombinaciji sa specifičnim odgojem te utjecajem okoline, određuju osobnost odrasle osobe u koju će izrasti.

tjelesne razlike

Roditelji uvijek moraju imati na umu da na svako dijete koje raste i razvija vještine određenom brzinom dolazi jedno dijete koje je mnogo sporije i drugo koje je mnogo brže. Uz svako dijete određene težine, postoji dijete koje je teže i ono koje je lakše od njega. Ponekad su razlike ekstremne: najveća zabilježena porođajna težina djeteta bila je oko 35 puta veća od najniže zabilježene porođajne težine. Stoga se vrijeme koje je u ovoj knjizi dano kao prekretnica u razvoju može uzeti samo okvirno.

razvoj osobnosti

Djeca također pokazuju značajne razlike u osobnosti – razlike koje su urođene i koje ne ovise o razlikama u okruženju. Gotovo svi roditelji koji imaju nekoliko djece reći će vam da su njihova djeca, na njihovo čuđenje, razvila posve drugačije osobnosti. Jedno će dijete biti mirno i tiho, drugo društveno i živo, treće pažljivo i marljivo. Jedno će biti korisno, drugo teško, treće pametno. Čak i kada se djecu uči istim stvarima u sličnom domaćem okruženju među njima će se svejedno istaknuti ove jasne razlike.

uloga DNK

Razlike u izgledu i osobnosti podsjetnik su činjenice da svatko od nas ima jedinstvenu DNK i genetički je različit od svakog od šest milijardi ljudi koji danas hodaju Zemljom. Upravo te razlike čine nas drugačijima od znanstveno-fantastičnih humanoidnih robota iz noćne more. Upravo one čine ovaj naš mali planet zanimljivim. No, iako je tisuće sitnih detalja po kojima se razlikujemo jedni od drugih, postoji i tisuće detalja koji nas čine vrlo sličnima. I upravo te sličnosti, a ne razlike, ova knjiga i predstavlja.

uloga okoline

Uz urođena obilježja svakog novorođenčeta, dodatni utjecaji stižu iz djetetova okruženja, posebice iz doma u kojemu započinje svoj rast i razvoj. Sva su djeca genetički programirana da se razvijaju manje-više istim tempom, no sretan dom može ovaj proces ubrzati, a neugodan i nepoticajan može ga usporiti. Mentalni kapacitet djeteta koje raste u visoko poticajnom okruženju može biti znatno veći nego u djeteta koje raste u neugodnu i dosadnu okruženju.

rođenje

Trenutak rođenja predstavlja velik šok za bebu. Život unutar maternice udoban je – toplo je, mračno, tiho, mekano, ispunjeno tekućinom, sigurno. Najednom, nakon brutalnog stiskanja, sve to udobno okruženje nestane. Sada je odjednom svijetlo, bučno, tvrdo, bez tjelesnog kontakta i javio se nov, nepoznat osjećaj okruženosti, ne tekućinom, nego zrakom. Nije ni čudno što beba panično zaplače.

ново okruženje

Beba se tradicionalno rađa u bolničkom okruženju gdje se nužnim smatra osiguravanje brzog i higijenskog postupka. Što je brže moguće, liječnički tim presiječe i podveže pupčanu vrpцу te pregleda bebu kako bi utvrdio moguća oštećenja. Zatim ga izvažu, operu i zamotaju u toplu dekiću. Za većinu beba koje su rođene bez komplikacija i zdrave, opuštenije i mirnije raspoloženje izazvalo bi manji šok.

nježnost čini svoje

Promatranjem novorođenčadi otkriveno je da su ona mnogo manje traumatizirana činom rođenja ako ih se dočeka u mirnu i tihu okruženju, u sobi s laganom rasvjetom nego uz buku i pretjerano uzbuđenje. Lagana svjetlost može biti potrebna za sam čin rađanja, no jednom kada beba sigurno stigne, prigušivanje svjetla omogućuje njenim očima postupno privikavanje na nove zahtjeve koji su stavljeni pred nju.

Omogućavanje novorođenčetu da ostane u kontaktu s majčinim tijelom nakon poroda, umjesto trenutnog podizanja i pregledavanja nekim stranim rukama, također značajno umanjuje paniku zbog gubitka mekanog tjelesnog kontakta. Smještena na majčin trbuh, u majčinu zagrljaju, beba će osjetiti kontinuitet tople tjelesne intimnosti koju je uživala posljednjih devet mjeseci. Nije slučajno da je pupčana vrpца prave duljine – otprilike 50 cm – koja omogućuje tu intimnost dok je beba još ovijena posteljicom.

Bebe prema kojima se postupa na ovaj, mnogo opušteniji, način pokazuju znatno manje znakova panike. Nema dugotrajnog vrištanja i pravljenja grimasa. Novorođenče mirno leži na majčinu tijelu dok se polagano oporavlja od naporna putovanja. Što se djeteta tiče, tu nema potrebe za žurbom. Pupčana je vrpца još aktivna i nastavlja pulsirati nekoliko minuta nakon porođaja. Tijekom tog vremena dijete počinje disati, a njegova mala pluća polagano preuzimaju aktivnost pupkovine. Ova zamjena, ako nije prekinuta, događa se postupno. Istodobno, beba prima i posljednju kap krvi iz pupkovine.

rana intimnost

Osobe koje asistiraju porođaju vjerojatno nestrpljivo čekaju da operu dijete, izvažu ga i zamotaju, no ako malo pričekaju, i majka i dijete imat će vremena iskusiti prvi osjećaj povezanosti. Beba uskoro utone u dubok san kako bi se oporavila, no nakratko, neposredno nakon porođaja, budna je, i ako joj je to dopušteno, provede većinu vremena gledajući majku dok majka gleda nju. U savršenu svijetu, ove intimne trenutke nitko ne bi trebao prekidati.

S vremenom, dođe trenutak kada se djetetova pupčana vrpца treba prerezati, a beba odnijeti na kupanje i premotavanje. Ako je novorođenčetu neko vrijeme osiguran mir u majčinu naručju, nagli prekid proživjet će s manje stresa. Čista beba trebala bi se vratiti u majčino naručje i njih bi dvoje trebalo biti razdvojeno što je kraće moguće tijekom prvih nekoliko dana djetetova života.

tijelo novorođenčeta

Prvih nekoliko dana nakon porođaja bebino tijelo ne izgleda baš savršeno, no ta početna neuglednost uskoro nestane. Naposljetku, beba je mjesecima ležala sklupčana unutar maternice i upravo je prošla fizičku traumu stiskanja, uz poteškoće, kroz porođajni kanal: nije stoga čudno što u prvim danima života pokazuje nekoliko znakova proživljenih iskustava.

početni nedostaci

Koža novorođenčeta može pokazivati znakove nedavnih stresova. Ti znaci uključuju crvene mrlje na glavi i vratu koje se ponekad nazivaju „ugrizom rode”, a zapravo predstavljaju nakupinu malih krvnih žilica vidljivih kroz kožu, nastalih tiskanjem i prolaskom kroz uski porođajni kanal. Koža također može biti osuta i guliti se. Svi ovi znaci nestaju kada se tijelo počne oporavljati od teškog čina rađanja i kada se beba počne privikavati na život izvan maternice. U trenutku neposredno nakon porođaja roditelji mogu zamijetiti nešto što se naziva harlekin-efekt. Polovina bebina tijela postane tamnocrvena, a druga ostaje blijeda. Ova bezopasna reakcija najčešće je uzrokovana promjenama u promjeru krvnih žila i najčešće je izaziva promjena položaja ili temperature. Također, zbog nezrelosti

krvožilnog sustava, često se javlja i išaranost kože. Kapci mogu biti natečeni zbog pritiska tijekom porođaja, no ubrzo splasnu. Ponekad se u prvih nekoliko tjedana u beba može pojaviti razrokost, no ona gotovo uvijek nestane tijekom prvih nekoliko mjeseci.

Bebe koje su rođene carskim rezom, s obzirom na to da se ne moraju stiskati kroz porođajni kanal, najčešće nemaju nepravilnosti na koži. Ipak, carski rez zahtjevna je operacija – i nosi određen rizik za majku i za dijete – te se provodi samo iz medicinskih razloga. Istraživanja su pokazala da postoji veća vjerojatnost da će bebe rođene carskim rezom imati poteškoće pri disanju jer se vjeruje da one prožive važne hormonalne i fiziološke promjene koje se javljaju tijekom porođaja.

pupak

Nedugo nakon rođenja pupkovina se presijeca i podvezuje. Dio koji ostane pričvršćen za bebin trbuh ubrzo se sasušuje. To se događa mnogo brže ako je izložen zraku. Kad se osuši i uvene, odstrani se, a preostali djelić pupkovine otpadne sam, najčešće nakon desetak dana, pri čemu ostaje samo čisti pupak. Ponekad može trajati i duže – do tri tjedna – prije nego što se djelić pupkovine otkači, no važno je pustiti da priroda odigra svoju ulogu. Kada se to konačno dogodi, moguće je da se pojavi nekoliko kapljica krvi, no one se ubrzo osuše. Pupak može biti konveksan (izbočen) ili konkavan (udubljen) – i jedno i drugo je normalno.

grudi i genitalije

U četvero ili petero od sto novorođenčadi pojavi se mliječni iscedak iz bradavica. Uzrok mu je stimulacija djetetovih grudi izrazito velikom količinom majčinih hormona koji se





nalaze u posteljici tijekom trudnoće i ostanu u bebinu organizmu tijekom prvih nekoliko dana nakon rođenja.

Ovaj mliječni iscjedak ne pojavljuje se u nedonoščadi, samo u djece rođene u punom terminu. Kada se pojavi, nastane malena oteklina ili kvržica ispod bradavice. Može se pojaviti i u djevojčica i u dječaka, a najbolje ju je ne dirati jer će se povući unutar nekoliko tjedana.

Također zbog majčinih hormona u bebinu organizmu tijekom prvih nekoliko tjedana života izvan maternice potpuno je uobičajeno da se i dječaci i djevojčice rode s nerazmjerno velikim genitalijama. To je posebno vidljivo kod mošnjji u dječaka.

oblik tijela

Pri rođenju bebine ruke i noge neobično su kratke. Njihova duljina, razmjerna ostatku tijela, nastavlja se povećavati do odrasle dobi. Ramena i bokovi novorođenčeta poprilično su uski. Glava je proporcionalno velika i čini četvrtinu duljine tijela u usporedbi s veličinom u odraslih koja je jednu osminu ukupne duljine tijela. Tijekom prvog tjedna ili nešto više, umjesto dobivanja tjelesne mase, dijete je zapravo najčešće gubi oko 7-10%, no to je uobičajeno i rezultat je smanjena unosa tekućine: potrebno je neko vrijeme da se majčino mlijeko pojavi te se prvih nekoliko dana dijete hrani kolostrumom. Svoju porođajnu težinu beba vrati u deset do dvadeset dana, a nakon toga slijedi ravnomjeran rast

bebina glava

Pri porođaju bebina glava majci stvara probleme. Kada su žene u pretpovijesti počele hodati na dvije noge, njihova zdjelica morala se prilagoditi novu načinu uspravnog kretanja. To je dovelo do toga da je porođajni kanal uži, a porođaj teži. Kad bi lubanja fetusa bila široka i kruta, bebin prolaz kroz porođajni kanal bio bi nespretni i previše bolan. Stoga je, da bi se olakšao djetetov put iz maternice, trebala postojati nekakva vrsta prilagodbe.

promijenjena lubanja

U vrijeme rođenja, bebina je glava izrazito mekana i savitljiva. Iako će poslije u životu imati ulogu čvrste, biološke kacige koja štiti izuzetno važan mozak, u ovom je stupnju glava oblikovana tako da se može nositi s izazovom stiskanja kroz majčin porođajni kanal. Mekoća kostiju pomaže, no to nije sve. Kako bi bile što savitljivije, kosti glave podijeljene su u brojne odvojene pločice, a svaka ima sposobnost djelomičnog preklapanja s drugima. Na ovaj se način bebina glava smanjuje i sužava dok prolazi kroz uski porođajni kanal. Mala, pomična bebina vilica također pomaže ovom procesu.

prirodne iskrivljenosti

Zbog čudesne fleksibilnosti lubanje, nakon rođenja bebina glava ponekad može izgledati kao da je malo udarena ili asimetrična. Ova izobličenja uobičajeni su dio procesa rađanja i brzo nestaju. Nakon nekoliko dana gotovo sve bebe imaju savršeno oblikovanu i simetričnu lubanju, a mekane kosti u obliku pločica postupno se razmještaju. Čak i u najekstremnijim slučajevima, pri vrlo teškim porođajima, preoblikovanje bebine lubanje ne traje više od nekoliko tjedana. Ova iskrivljenja lubanje najuočljivija su u prvorodene djece. Svakim novim porođajem prolaz kroz porođajni kanal postaje lakši sve dok, naposljetku, iskrivljenosti u novih beba gotovo i da nema.

Nakon porođaja potrebno je nekoliko mjeseci da bebina lubanja očvrstne i postane djelotvorna zaštitna kaciga koju

bebin mozak toliko treba. Tijekom ove rane faze lubanja je posebno ranjiva na fizička oštećenja pa majka treba biti oprezna i zaštititi bebu što je više moguće.

mekana mjesta

Koštane pločice bebine lubanje ostaju neko vrijeme nakon porođaja razmaknute. Mali razmaci između njih prekriveni su čvrstim membranoznim tkivom dovoljno snažnim da odoli svakom obliku oštećenja, osim oštrom, izravnom udarcu. Na šest mjesta na vrhu glave ovi uski razmaci prošireni su i tvore „mekana mjesta” koja se nazivaju fontanele.

Dvije se glavne fontanele nalaze na vrhu glave. Prednja fontanela smještena je na vrhu čela, a stražnja na stražnjem dijelu vrha glave. Četiri preostala „mekana mjesta” smještena su u parovima: prednji se par nalazi na svakoj strani sljepoočnica, a stražnji na svakoj strani stražnjeg dijela glave. Ponekad na prednjoj fontaneli možemo osjetiti i vidjeti djetetov puls.

Ova mekana mjesta postupno nestaju kako se koštane pločice primiču jedna drugoj. S vremenom se pločice dodiruju i stvaraju valoviti šav. Ove veze postaju čvršće i jače sve dok čitava lubanja nije povezana i dok dječja „zaštitna kaciga” nije savršena. Vrijeme potrebno da se to dogodi razlikuje se od djeteta do djeteta, najbrže je za otprilike četiri mjeseca; najduže oko četiri godine. U većini slučajeva postupak traje između osamnaest i dvadeset četiri mjeseca.

Sagitalni šav, poput ostalih šavova, s vremenom otvrdne kako bi pločice lubanje srasle zajedno.

Sutura frontalis ili metopica

Stražnja fontanela (smještena na stražnjem dijelu glave pa ovdje nije prikazana) zatvara se otprilike tri mjeseca nakon poroda.

Prednja fontanela, najveća od opni koje prekrivaju otvore na lubanji, zatvorit će se otprilike 18 mjeseci nakon rođenja.

Koronalni šav

Sfenoidni šav

Mastoidna fontanela (smještena na stražnjem dijelu glave pa tu nije prikazana) zatvorit će se otprilike godinu dana nakon rođenja.

Položaj sfenoidne fontanele koja se zatvorila. To se događa otprilike tri mjeseca nakon rođenja.

