

Rok IX

15 Listopada 1935 r.

Oplata ulszczona ryczałem

Nr. 22

Cena 60 gr.



MŁODA MATKA



**DWUTYGODNIK
POŚWIĘCONY
ZDROWIU
I WYCHOWANIU
DZIECKA DO LAT 7-MIU**

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDIATRYCZNE

Czy krzywica jest chorobą dziedziczną?

Istnieje dużo chorób t. zw. dziedzicznych — to znaczy chorób, które przenoszą się z rodziców na dzieci i występują w pewnych rodzinach dosyć często. Nie mówimy tu, oczywiście, o jakiejś chorobie zaraźliwej, t.j. takiej, która przenosi się od jednego człowieka do drugiego — a więc, którą może się dziecko od rodziców zarazić, ale o chorobie, z którą dziecko przychodzi już na świat, a która występowała także u rodziców, dziadków i t. p.

Ścisłej mówiąc, dziecko nie rodzi się od razu chore (poza pewnymi wyjątkami), ale posiada ono pewną skłonność do zachorowania (i ta skłonność, a nie choroba, jest dziedziczna). Skłonność ta dopiero pod wpływem niepomyślnych warunków doprowadza do zachorowania. Podam tu przykład.

Dziecko rodziców otyłych, chorujących na wątrobę, artretyzm, astmę może urodzić się pozornie zdrowe, rozwijając się przez jakiś czas dobrze, a jednak pod wpływem np. przekarmiania go jajami, mlekiem — mogą u niego wystąpić łatwo objawy skazy wysiękowej, a nawet zaburzenia wątrobowe. Dzieci te będą również zawsze mniej lub więcej skłonne do tycia.

W dzisiejszym artykule zastanowimy się nad tem, czy krzywica może być również uważana za taką dziedziczną chorobę, a raczej czy dziecko

może się urodzić ze skłonnością do zachorowania na krzywicę.

Zdarza się czasem, że w pewnej rodzinie wychowuje się obok siebie dwoje czy troje dzieci w zupełnie jednakowych warunkach, odżywianych zupełnie jednakowo, jednakowo długo przebywających na powietrzu, a jednak u jednego z nich występują po pewnym czasie wyraźne objawy krzywicy, u drugiego natomiast są one zaledwie zaznaczone albo niema ich wcale. Tutaj musimy przyjąć, że jedno z nich skłonność do zachorowania odziedziczyło w silnym stopniu, drugie w słabym.

Bywają rodziny, w których krzywica lubi przybierać pewne specjalne postacie, tak np. zdarza się, że zmiany krzywice dotyczą tylko czaszki — dzieci mają duże, niekształtne głowy; u innych panuje skłonność do wykrzywiania się nówek — w tych rodzinach zazwyczaj przeciętny wzrost jest raczej niski; niekształcenia mogą znów w innych rodzinach dotyczyć tylko klatki piersiowej.

Nie u każdego jednak skłonnego do krzywicy dziecka musi się ona rozwinąć, wprawdzie, zdarza się to dosyć często, jednak wpływ warunków zewnętrznych może tę skłonność w znacznym stopniu wyrównać.

Z drugiej strony — nawet u odpornych na zachorowanie — może

krzywica wystąpić pod wpływem złych warunków życia.

I tak, wiemy np., że w czasie wielkiej wojny występowała ona masowo — i to nie tylko u dzieci ale i u dorosłych.

Jak wielki jest wpływ warunków zewnętrznych, możemy to przedstawić na przykładzie: Mamy rodzinę mieszkającą na wsi. Dziecko, urodzone również na wsi, było karmione piersią, często wyprowadzane na spacer, dostawało soki owocowe i w następstwie rozwijało się dobrze, żadne oznaki krzywicy nie ujawniły się. Po kilku latach rodzice przenoszą się do miasta — rodzi się drugie dziecko — i rozwija się, ale w jakże odmiennych warunkach niż pierwsze! Matka naskutek choroby nie może go karmić piersią, dziecko zostaje odżywiane sztucznie. Niema komu zająć się niem ani wyprowadzić na spacer, dziecko przebywa w niesłownym pomieszczeniu, źle dobrane mieszanki są powodem częstych biegunk, rozwija się ciężka krzywica z całym swoim groźnym obrazem: ze zniekształceniami kości, osłabieniem, małą odpornością wobec cho-



rób — zwłaszcza zaś chorób dróg oddechowych.

W tym przypadku — niewielka skłonność do zachorowania na krzywicę, z którą pierwsze dziecko dało sobie radę dzięki lepszym warunkom życia, u drugiego, pod wpływem złych warunków, ujawniła się w postaci ciężkich zmian krzywicznych!

Kończąc, chciałbym podkreślić doniosłą rolę dwóch czynników w zapobieganiu krzywicy u niemowląt, a mianowicie: światła słonecznego i karmienia piersią.

Jeśli o nich będziemy pamiętać, niebezpieczeństwo dziedziczenia skłonności do krzywicy stanowczo będzie niewielkie.

Dr. B. Górnicki.

Organizacja spaceru*).

Jeżeli chcemy aby niemowlęta, czy dzieci starsze rozwijały się należycie i chowały zdrowo, musimy im bezwzględnie zapewnić przebywanie na świeżym powietrzu. Cieszyć się należy, iż obecnie zrozumienie tego warunku stało się wprost regułą obowiązującą matki czy osoby pielęgnujące niemo-

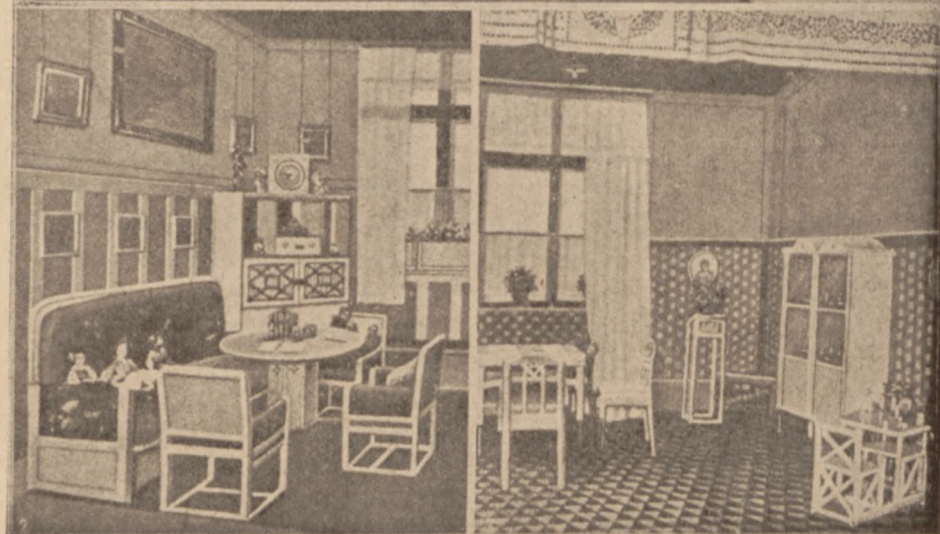
włęta. Nieraz już poruszano w „Młodej Matce” zagadnienia, związane ze znaczeniem świeżego powietrza dla niemowląt. Obecnie zastanowimy się nad tem, jak zorganizować dziecku pobyt na świeżym powietrzu w okresie chłódów jesiennych, czy zimą.

(Dokończenie art. na str. 510)

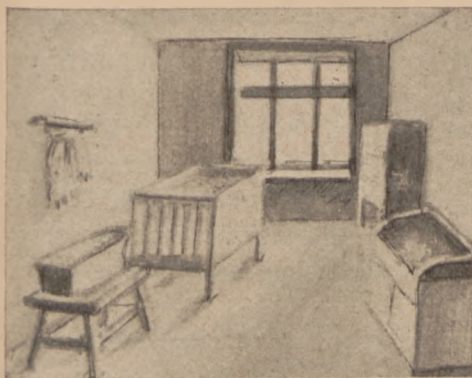
*) Wobec aktualności sprawy spacerów niemowlęcia w zimie poruszamy ją prawie rokrocznie.

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach

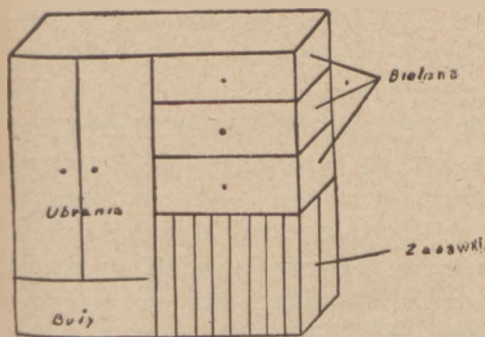
Pokój dziecinny.



Stare wzory pokoi dziecinnych urządzonych komfortowo, lecz nieracjonalnie: dużo niepotrzebnych przedmiotów — miękkie meble, obrazy na ścianach, firanki — doskonałe zbiorniki kurzu. Lepszy kącik dla starszego dziecka u dołu po str. prawej (wg. Monatówej)



Wzorowy pokój dla niemowlęcia: dużo światła, najniezbędniejsze, proste w budowie, łatwo dające się myć i lakierowane na biało przedmioty. Ściany malowane jasną olejną farbą.



Schemat szafki dziecięcej. Dolna prawa jej część posiada otwarte półki na zabawki.

Wandeczka ma wygodną szafę do zabawek, to też trzyma je we wzorowym porządku.

„Własny kąt” jest ważnym czynnikiem wychowawczym.

Gdzie dziecko nie może mieć własnego pokoju, winno mieć własny kącik!



Dobre łóżeczko drewniane: drzwiczki z zasówką, by dziecko nie wypadło. (wg. Monatowej)



Dr. M. ZAKS.

W naszym klimacie mamy sporo dni bez słońca, mimo to jednak pamiętać należy, że naturalne światło dzienne, nawet w dni pochmurne zawiera promienie słoneczne w mniejszej lub większej ilości.

Jesienią i zimą najpierw musimy przygotować niemowlęta do przebywania na świeżym powietrzu. Robimy to w ten sposób, że pierwszego dnia dziecko, ubrane jak do spaceru, trzymamy w pokoju 3—4 metry od otwartego okna kilka lub kilkanaście minut, następnego zaś dnia tuż przy otwartym oknie. Dopiero tak przygotowane dziecko wynosimy na spacer.

Zasadniczo powinno się niemowlęta w zimie wynosić na świeże powietrze nie wcześniej niż po 4 tygodniu życia, niekiedy nawet i nieco później—w każdym razie niemowlę musi osiągnąć wagę 4 kilogramów, aby „dorosło” do wynoszenia w tym czasie na świeże powietrze.

W dni deszczowe dzieci na spacer nie wywozimy, a zapewniamy im pobyt na „świeżym powietrzu” na krytej werandzie, ganku lub też w pokoju przy otwartym oknie.

Dni zimne z silnym wiatrem są już poważną przeszkodą w wywożeniu dziecka na spacer i lepiej w czasie takich dni pozostawić dziecko w domu. W dni pogodne, nawet gdy śnieg prószy, wywozimy niemowlęta na spacer.

Zimą niemowlęta również powinny przebywać na świeżym powietrzu, oczywiście skoro niema większego mrozu i silniejszego wiatru. Starsze

niemowlęta wywozimy na spacer nawet przy 5—6-cio stopniowym mrozie. Dzieci dwumiesięczne wywozimy na spacer przy mrozie nie większym niż 1—2° poniżej zera. Dzieci 3-miesięczne najwyżej przy—2—3° C. Niemowlęta 4-miesięczne i starsze mogą przebywać na spacerze nawet przy—5—6° C.

Niektórzy doradzają niemowlęta starsze i dobrze rozwinięte wywozić na spacer nawet przy—8—9° C. My raczej uważamy mróz 5—6 stopniowy za temperaturę graniczną, jeśli idzie o przebywanie niemowląt na świeżym powietrzu.

Pierwszy spacer niemowlęcia na świeżym powietrzu trwa około 5—10 minut, najlepiej w porze południowej. Z czasem stopniowo go przedłużamy codziennie o 5—10 minut, dochodząc do 2—3 godzin dziennie. Dzieci starsze mogą pozostawać na spacerze i dłużej—do 4—5 godzin dziennie.

U niemowląt wrażliwych na zimno spacer możemy urządzić w dwóch seansach w ciągu dnia np. po godzinie—czy półtorej. Niemowlęta mniejsze powinno się zasadniczo karmić w domu, należy więc tak zorganizować spacer, aby wypadł między jednym a drugim karmieniem.

Dla niemowląt starszych można wziąć pożywienie w termosie i karmić je w czasie spaceru. Oczywiście do karmienia wybrać należy miejsce zaciszne.

Jak ubrać niemowlęta na spacer w okresie chłodniejszej jesieni i zimą? Jest to sprawa niewątpliwie ważna i nieraz kłopotliwa. Powinno się przestrzegać bardzo ważnej zasady,

aby w czasie spaceru dziecko się nie pociło. Zakładamy więc na koszulkę jeden kaftanik trykotowy, na to drugi kaftanik wełniany grubszy, dziecko zawijamy w 2 flanelowe pieluszki i kładziemy w „becik“. Na głowę miękka wełniana czapka, zakrywająca uszy. Na ręce rękawiczki wełniane „furmańskie“. Tak „ubrane“ dziecko wkładamy do wózka.

W przypadku, gdy niema wózka, a niemowlę małe wynosi się na świeże powietrze, należy cały „becik“ jeszcze owinać kołderką. Twarzyczka niemowlęcia powinna zawsze pozostawać odsłonięta.

W dni mroźne należy dziecko strzec przed mroźnym wiatrem, który może spowodować odmrożenie noska, lub policzków; powinno się więc w dni

takie twarzyczkę dziecka smarować oliwą lub wazeliną.

Jeżeli dziecko wywozimy w wózku, to „becik“ z wierzchu należy okryć kocem, kołderką lub kożuszką. Nie trzeba zapominać o kilku pieluszkach.

Wprawdzie trudno przewijać niemowlęta na zimnie, niemniej jednak w zaciśnionym miejscu można dość szybko wyciągnąć mokrą pieluszkę, a wsunąć suchą przez szczelinę w „beciku“, nie rozkrywając dziecka.

Dzieci chore, względnie rozwijające się słabo winny pozostawać pod opieką lekarza, a zatem i porę spaceru i czas przebywania na świeżym powietrzu zawsze powinien doradzić lekarz.

Dr. J. Wyszogrodzki.

WYPOŻYCZAMY

W AGI NIEMOWŁĘCE NA DOGODNYCH WARUNKACH.

WIADOMOŚĆ

W ADMINISTRACJI PISMA

UL. LITEWSKA № 16. TELEFON 9 41-00.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Probierze zdrowia niemowlęcia w oczach matki.

1. *Na co matka powinna zwracać uwagę, przy ocenie stanu zdrowia niemowlęcia?*

Na wagę, wzrost, wygląd skóry, częstość i rodzaj wypróżnień, a wreszcie na zachowanie się i stan psychiki niemowlęcia.

2. *Czy ważenie ma rzeczywiście duże znaczenie dla oceny rozwoju niemowlęcia?*

Bardzo duże. Bez wagi nie można wprost wyobrazić sobie dokładnej oceny stanu zdrowia dziecka.

3. *Czy do tej oceny wystarcza waga jednorazowa?*

Nie wystarcza. Waga niemowlęcia powinna być notowana w pewnych stałych odstępach czasu. Tylko wtedy odtwarza nam poprzedni rozwój dziecka, jego stan obecny i poucza wreszcie, jak należy postępować z niemowlęciem na przyszłość.

4. *Jak często należy ważyć niemowlę?*

W zwykłych warunkach wystarcza ważenie raz na tydzień. Bardziej częste ważenie jest niepożądane, gdyż zaznaczać się wtedy będą także przypadkowe i chwilowe wahania wagi niemowlęcia.

5. *Jak powinien postępować normalny przyrost wagi niemowlęcia?*

Przyrost wagi powinien odbywać się regularnie, prawidłowo, bez gwałtownych skoków lub okresów dłuższego zatrzymywania się wagi.

6. *Jakie są przeciętne normy miesięcznego przybytku wagi w pierwszym roku życia?*

Zależy to od wieku niemowlęcia: w I półroczu 700 — 800 g., w II — około 400 — 500 g. miesięcznie. W końcu piątego miesiąca życia winno niemowlę podwoić swą pierwotną (bezpośrednią po urodzeniu) wagę, w końcu zaś pierwszego roku życia potroić.

7. *Czy bardzo duży przyrost wagi jest zawsze celowy?*

Nie. Zbyt duży i nagły przybytek wagi może być zjawiskiem chorobliwym i zależeć od nadmiernego tycia lub puchnięcia dziecka.

8. *Czy mierzenie wzrostu jest rzeczą również ważną jak i ważenie?*

Mierzenie wzrostu nie daje wprawdzie tak ważnych i czułych wskázówek, jak ustalanie wagi, jednakże

ma ono także swe znaczenie, zwłaszcza w zestawieniu z danymi wagi.

9. Ile przybywa miesięcznie wzrostu niemowlęciu w okresie I roku życia?

W I półroczu życia przybytek wzrostu wynosi w przybliżeniu 2 — 2,5 cm., a w II półroczu — 2 cm. miesięcznie.

10. Czy istnieją w przyroście długości ciała jakieś różnice, zależne od płci niemowlęcia?

Nie istnieją. Jednakże dziewczęta wykazują już od chwili urodzenia w ciągu całego pierwszego roku długość ciała mniejszą o 1 cm.

11. Co wpływa najczęściej hamująco na wzrost?

1. Wszelkie choroby, a zwłaszcza krzywica i zaburzenia żołądkowo-jelitowe.

2. Nieodpowiednie odżywianie.

3. Złe warunki higieniczne (brak świeżego powietrza, słońca).

12. A czy można przez należyte odżywianie przyspieszyć wzrost niemowlęciu?

Tylko w tym wypadku, gdyby wzrost niemowlęcia był zahamowany przez jeden z wyżej wymienionych czynników.

(Dalszy ciąg w następnym numerze)

Dr. P. Wójciak.

Chemiczna Fabryka dawniej Sandoz, Bazyleja, Szwajcaria



stuprocentowo czysty, bez żadnych domieszek, a przez to najtańszy

preparat wapniowy

w

gruboziarnistym proszku, tabletkach czekoladowych
lub tabletkach musujących, które dają bardzo smaczną
limoniadę.

Prosimy poradzić się lekarza i żądać w najbliższej aptece.

Marka „SANDOZ” jest marką światową, gwarantuje wysoką klasę produktu.

Ze skrzynki do listów.

Wędrownka drobnoustrojów chorobotwórczych.

Pani Anieli D. w Łomży.

Ze swemi wątpliwościami o zaraźliwości wielu chorób gorączkowych nie jest Pani odosobniona. Z takimi wątpliwościami musimy stykać się często. I z tem niedowierzaniem musimy staczać walkę nie tylko zapomocą żywego lub pisanego słowa, ale również i daleko lepiej i skuteczniej zapomocą tych licznych młodych matek, które uwierzyły, bo przekonały się naocznie, jak to choroba zakaźna nagabywała jedno dziecko po drugim, jeżeli rychło w porę zdrowe dzieci nie były odosobnione od chorych.

3-letni synek Pani zachorował na płonicę (szkarlatynę); wezwany lekarz takie właśnie postawił rozpoznanie. Na pytanie Pani, skąd wzięła się ta choroba, brzmiała odpowiedź, to dziecko musiało się gdzieś zarazić. Tak — od drugiego chorego dziecka. Myśl Pani usilnie pracuje. Ogarnia całe dwa tygodnie wstecz. I pamięta Pani doskonale, że mały Karolek nie stykał się przez ubiegłe 2—3 tygodnie z żadnem chorem dzieckiem, ani nawet ze zdrowem. A zatem wniosek dla Pani jasny, że Karolek zapadł na szkarlatynę nie przez zarażenie się, a tak sobie... może przeziębienie.

Widzi Pani, wobec lekarza często zjawia się takie zagadnienie, skąd

wzięła się zakaźna choroba u tego czy innego dziecka. Rozwiązanie tego pytania jest łatwe, jeżeli dziecko chodzi do przedszkola, do szkoły, jeżeli stykało się z innem chorem dzieckiem. Ale zdarza się nierzadko, jak z Pani Karolkiem, że trudno jest dociec, jakie jest pochodzenie tej czy innej zakaźnej choroby.

Coprawda, lekarz długo nad tem nie głowi się i zbytnio nie dziwi się, bo wie, że zarazek ma tysiące dróg i możliwości i odbywa przedziwne wędrówki po to, żeby zaatakować ustrój ludzki lub zwierzęcy.

Istnieją więc liczne drogi, któremi drobnoustroje chorobotwórcze dostają się do człowieka i wywołują chorobę. Mogą one przywędrować za pośrednictwem pieniędzy, wypożyczonej książki, wraz z produktami spożywczymi i t. p.

Nawiasem mówiąc, z tego wynika, że ręce należy myć często, chcąc uniknąć zaraźliwej choroby z niewiadomego źródła. Ale Pani wysuwa jeszcze jeden zarzut teorii o zaraźliwości chorób, bo zapytuje, skąd wzięła się zakaźna choroba u tego pierwszego dziecka lub osoby dorosłej. Naturalne, musiał kiedyś, gdzieś, ktoś istnieć, co to pierwszy zapadł na

zakaźną chorobę. Zjawia się więc pytanie, gdzie zaraził się ten pierwszy?

Niewątpliwie, że istnieje pewna kategoria dzieci lub osób dorosłych, które zapadają na zakaźną chorobę, nie zarażając się od nikogo. Są to nosiciele drobnoustrojów chorobotwórczych.

W jamie ustnej dziecka lub dorosłego mogą przebywać przez pewien czas, krótszy lub dłuższy zarazki. Zarazki te mogą nie wywoływać żadnej choroby. Są jakby na gościnnych występach, nie czyniąc szkody swemu gospodarzowi.

Innym znowu razem z tych czy innych przyczyn drobnoustroje chorobotwórcze z delikatnych, potulnych gości przeobrażają się w złośliwe, zjadliwe zarazki, które z nadzwyczaj-

ną szybkością zaczynają się rozmnażać, wywołując taką czy inną chorobę zakaźną, zależnie od gatunku zarazków.

Zdarzyć się więc może, że ktoś może być nosicielem zarazków, ale nie zapadnie na zaraźliwą chorobę, bo zarazki nie mają pomyslnych dla siebie i odpowiednich warunków do rozmnażania się. Ale te same zarazki od tak zwanego nosiciela mogą przejść do innego ustroju ludzkiego i tam, znalazłszy dla swego rozwoju sprzyjające warunki, wywołują chorobę.

Tak mniej więcej wygląda wędrówka i przeobrażenie drobnoustrojów chorobotwórczych.

Dr. St. Średnicki.

KUCHNIA MLECZNA

STACJI OPIEKI NAD MATKĄ I DZIECKIEM

UL. LITEWSKA 16. TELEFON 8-29-43

PRZYGOTOWUJE:
wszelkie mieszanki przepisane
przez lekarza dla niemowląt
zarówno zdrowych jak i chorych.

Informacje telefoniczne od 2.30 do 4-ej pp.



Zamówienia przyjmuje
się od g. 8-ej do 3-ej pp.
Na żądanie mieszanki
odsyła się do domu.

Podśluchane rozmowy.

(Idealny samotnik).

Zdarzyło mi się być niemym świadkiem pewnej charakterystycznej rozmowy. Niemym, ponieważ rozmowa ta toczyła się w pociągu między dwiema nieznanymi mi paniami. Obydwie panie pochodziły, sądząc z wyglądu i zachowania, ze środowiska zamożnego, obydwie były matkami. Treścią rozmowy, jak łatwo domyślić się, były dzieci i troski wychowawcze. Nie pamiętam już, co tam, jak to się mówi, „było na początku”. Ot, takie sobie wzajemne informowanie się o charakterze, usposobieniu i zachowaniu dzieci — jak to między matkami. Po pewnym czasie jedna z pań zaczęła dość ostro uskarżać się na złe wychowanie swego synka, za które, jakoby, ponosiła winę nieodpowiednia wychowawczyni, równocześnie zaś osypywała pochwałami jakiegoś synka swoich znajomych, którego wychowanie miało nie pozostawiać nic do życzenia. Nadstawiłam uszu i ciekawe, jakimi środkami osiągnięto te cudowne rezultaty, oraz na czym rezultaty owe polegają. A nuż dowiem się czegoś naprawdę rewelacyjnego. Słuchajmy!

— To jest rzeczywiście świetnie wychowane dziecko. — Mówiła Pani. — Spędziłam u nich we dworze kilka tygodni, a chłopca nigdy poza pokojem dzieciennym nie widywałam. Nie wolno mu przebywać w

innych pokojach, czego skrupulatnie przestrzega jego doskonała bona. Zresztą sam już jest tak wyuczony, że do salonu czy gabinetu nigdy nie wejdzie. O ile nie jest na spacerze, siedzi sobie z boną w swoim pokoju. Ani go widać, ani go słyszeć. Idealne dziecko, idealnie wychowane. Rodzice mogą wcale nie wiedzieć, że mają dziecko!

„Biedny, biedny chłopczyku ze dworu! Pomyślałam. — Z jakąż, zapewne, chęcią zamieniłbyś się z niezamożnym dzieckiem, które zaledwie kącik na zabawki posiada w szczupłym mieszkaniu swoich rodziców. Ale zato całe to mieszkanie jest jego mieszkaniem, miejscem, w którym zawsze przez najbliższych jest mile widzianym i słyszany, gdzie nie trzeba wyczekiwać wizyty rodziców, bowiem zawsze się jest pod ich okiem i opieką, zawsze będąc niezbędnym, upragnionym i równouprawnionym członkiem rodziny. Biedny mały samotniku, który jesteś zamknięty w efekownym, zapewne, dużym pokoju, pod dozorem doskonałej, bo umiejącej tresować, obcej wychowawczyni.“

Panie wysiadły, ja zaś, pod wrażeniem zasłyszanej rozmowy, zaczęłam (pomijając już kwestję współczucia dla „idealnego samotnika“) zastanawiać się nad takim systemem wychowawczym oraz

nad owocami, które winien on przynieść w przyszłości zarówno wychowankowi, jak i wychowawcom. Po krótkim namyśle gotowa byłam udzielić swego współczucia w niedalekiej już może przyszłości rodzicom „idealnie wychowanego“ dziecka.

Ludzie ci, za cenę tak zwanego spokoju, czyli ze zwykłego lenistwa, wyzbyli się najpoważniejszego atutu, którym rozporządzają wychowawcy: zaufania własnego dziecka. Bo czyż jest do pomyślenia, by mały chłopiec, trzymany na odległość kilku pokoi od swych rodziców żywił względem nich uczucie ufności? By czuł potrzebę zwierzenia się z dokonywujących się w jego duszy, myślach i życiu przemian, ze swych pragnień i poczynań? Czyż będzie uważał za stosowne liczyć się z radami rodziców wówczas, gdy już rozkazy i zakazy przestaną być aktualne? Czy mogą rodzice owi liczyć na przyjaźń swego dorosłego dziecka, oni, którzy nie postarali się o zaskarbienie sobie małego serduszka? I gdzież tu przy takich, powiedzmy delikatnie, „etykietalnych“ stosunkach, miejsce na poufałość, bez której niema prawdziwej miłości?

Dziś owi państwo, prawdopodobnie młodzi jeszcze ludzie, mają to, o co im narazie najbardziej chodzi: spokój. Nie są niczem skrupowani, nic nie zakłóca im ulubionego trybu życia, nic nie przeszkadza w rozrywkach. Dziecko zaś — dziecko zamożnych rodziców — jest narazie małym samotnikiem, zdany na łaskę obcych osób. Ale potem role mo-

gą zmienić się. To już nie syn będzie samotnikiem, zdany na obcowanie z nieczułymi, obcymi ludźmi. Z kolei osamotnienie może stać się udziałem rodziców i już z pewnością nie tak „świetnie wychowany“ syn będzie im tę samotność osładzał. Na pociechę zaś nie będą mieli nawet tego, co opromienia szary los lada nędzarza: wspomnień z dzieciństwa własnego dziecka, nie chcieli bowiem na to dzieciństwo patrzeć.

— — — — —
Nie chciałabym być źle zrozumianą: z tego, że oburzam się tak na odgródzenie od reszty domu „małego samotnika“, nie wynika bynajmniej, bym uważała, że dziecko o każdej porze, wszędzie i do wszystkiego powinno mieć wolny dostęp, wszystko poruszyć, wszystko dotknąć, psuć, hałasować i t. d. Nie. W każdym środowisku ludzkim (a więc i w rodzinie) wolność jednego członka winna być ograniczona wolnością innych. I tę zasadę dziecku wpajać należy. Z dwojga złego jednak lepiej, żeby nasz mały dzikus, dając ujście swej nieokiełznanej żywiołowości, pogwałcił niekiedy naszą „wolność“, czy to przeszkadzając nam w pracy, rozrywce albo odpoczynku, czy to wyrządzając szkody w naszym inwentarzu, niżli miałby — zahukany i zastraszony — zamknąć się w swojej ślimaczej skorupce. Dostępu do duszy dziecka strzec się powinno najbardziej, a jedyna pewna droga, to — zaufanie i miłość dziecka. Dobrze wychować może tylko ten, kto zaufanie i miłość ową posiadał.

M. P.

Porady wychowawcze.

Dziecko nerwowe.

VII.

W ostatnich Poradach opisywaliśmy nadpobudliwość zmysłową. Dziś podamy ogólne wskazówki, dotyczące się postępowania z tym typem nerwowego dziecka, u którego występuje wzmiankowany rodzaj nadpobudliwości.

Przedewszystkiem wychowawca pamiętać powinien o tem, że bardzo ważną rzeczą jest dla tych młodocianych wczesne hartowanie fizyczne i psychiczne.

W tym celu wskazane są różne zabiegi wodolecznicze. Specjalnie zalecamy zimne natryski, gdyż one zmniejszają wrażliwość zmysłową.

Przy nadpobudliwości zmysłowej specjalny nacisk należy położyć na to, aby jedzenie było możliwie proste, a to w tym celu, żeby dziecko nie przywiązywało zbytnej wagi do tego, co jada. Gdyż w przeciwnym razie łatwo zaczyna kaprysić: jednych potraw nie chce jeść, zaś do innych wykazuje nadmierny pociąg, który stanowi podłoże łakomstwa, występującego tak często u omawianych dzieci.

Z tego powodu, że u młodocianych nadpobudliwych sensorycznie obserwujemy nadwrażliwość na wszelkie wrażenia zmysłowe, a specjalnie takie, które są ujemnie zabarwiane

pod względem uczuciowym, należy te dzieci wcześniej przyzwyczajać do różnych niewygód i drobnych przykrości, jednakże w tych wypadkach postępować musimy b. ostrożnie, licząc się z dużą możliwością naszych pociech. Pamiętać atoli musimy o zgubnych skutkach rozpieszczania, gdyż na skutek zbytniego dogadzania w dziecku nie rozwija się hart ducha i ono nie zdobywa umiejętności pokonywania trudności życiowych, skutkiem czego staje się jeszcze bardziej przeczulone, co pogłębia jego przyrodzoną nadwrażliwość zmysłową.

Wychowawca omawianego typu młodocianych powinien duży nacisk położyć na hartowanie uczuć swych pupilów. W tym celu musi ich przyzwyczajać do drobnych przykrości, aby małe niepowodzenie nie mogło ich zaraz wyprowadzić z równowagi psychicznej.

Nauczmy dziecko spokojnie reagować na przegrane w grze. Niech ono nie płacze, gdy zabraknie dla niego ciastka, lub, gdy z powodu deszczu musi wyrzec się spaceru! Trzeba mu łagodnie i cierpliwie wyperswadować, że nie zawsze wszystko się układa w myśl naszych życzeń. Wytlumaczmy, że każdy człowiek musi być przygotowany na to,

że w życiu są rzeczy więcej i mniej mile i, że różne przykrości są nieuniknione, ale trzeba umieć tylko przechodzić nad nimi do porządku dziennego. Nie należy przejmować się lada drobiazgiem.

Specjalną uwagę musimy zwrócić na wychowanie płciowe. Z tego względu, że omawiana kategoria młodocianych, zdradza silną nadpobudliwość seksualną, należy pilnie unikać wszelkich czynników drażniących instynkt płciowy. Pamiętać również musimy o tem, że u tych dzieci b. wczesnie i w silnym stopniu występuje popęd do samogwałtu.

Blżej omawiałam sprawę postawy wychowawczej względem młodocianych nadpobudliwych seksualnie w Nr. 7 Młodej Matki (odpowiedzi na listy rodziców treści pedagogicznej).

Z powodu zbyt silnie rozwiniętego egoizmu i egocentryzmu, charakterystycznego dla interesujących nas obecnie dzieci, bardzo ważnem, ze stanowiska pedagogicznego jest zwrócenie pilnej uwagi na rozwój uczuć społecznych. W tym celu należy dążyć przede wszystkim do tego, ażeby odwrócić uwagę dziecka od nadmiernego zajmowania się własną osobą. Pamiętajmy, że czynny tryb życia, gry ruchowe, gimnastyka, różnego rodzaju zabawy i zajęcia, które dostosowane są do poziomu rozwoju psychicznego dziecka, osłabiają jego egocentryczne nastawienie i wzbudzają zainteresowanie światem zewnętrznym.

Gdy mamy już przygotowany grunt, przechodzimy do właściwego uspołecznienia, które polega na rozwoju uczuć społecznych. Dla omawianej kategorii młodocianych jest rzeczą niezmiernie ważną, żeby od najmłodszych lat przyzwyczajać ich do tego, że każda istota ma obowiązki względem bliźnich. Nietylko rodzice powinni pomagać dziecku, gdy znajdzie się ono w jakiejś trudniejszej sytuacji, ale i dziecko musi poczuwać się do obowiązku niesienia chociażby drobnych usług swoim najbliższym. Przecież już mały brzdąc może przynieść mamusi pantofle, podać ojcu gazetę.

Wychowawca tych dzieci musi również pilną uwagę zwracać na to żeby w pokoju dziecinnym panowały odpowiednie stosunki. Dziecko powinno wiedzieć, że w razie potrzeby ono może liczyć na swoje rodzeństwo, ale również i ono powinno być skore do niesienia pomocy.

Dla interesującej nas obecnie kategorii młodocianych bardzo ważnem jest wczesne wzdrażanie do współżycia z gromadą. W tym celu w okresie wczesnego dzieciństwa wskazane są dla nich ogródki jordanowskie, przedszkola. Jednakże trzeba się liczyć z tem, że nawiązanie kontaktu z innymi dziećmi jest dla omawianego typu młodocianych, specjalnie trudne i dlatego należy im ostrożnie dopomagać i ułatwiać to ciężkie zadanie.

Uspołecznienie młodocianych jest rzeczą bardzo ważną i z tego wzglę-

du, że wywołuje dobre samopoczucie, osłabia pogłębione poczucie mniejszej wartości, czego rekompensatę stanowi zwykle wygórowany pęd do mocy i znaczenia.

Silnie wzmożony pęd do mocy i znaczenia stanowi u interesującej nas obecnie kategorii podłoże aktorstwa, które przysparza wychowawcom bardzo wiele kłopotów i niejednokrotnie wywołuje poważne troski i niepokój u nieświadomego rzeczy otoczenia.

O ile chodzi o zwalczanie aktorstwa, to pierwszym wskazaniem jest niezwracanie uwagi na wyczyny dziecka, Niech ono przekona się, że za pomocą „scen” niczego nie osiągnie. Otoczenie powinno być nieczułe na ataki gniewu, złości; płaczu i krzyku. Należy się uzbroić w cierpliwość i pamiętać, że jest to tylko broń, za pomocą której dzieciak chce nas zmusić do następstw dądz zainteresować własną osobą. Bardzo

wskazanem jest wytłumaczenie dziecku, że uznanie u ludzi zdobywa się tylko na drodze społecznie dodatniej, zaś różne aktorskie wyczyny wywołać tylko mogą wręcz odmienny efekt.

Pamiętajmy również, że osłabienie sugestywności i skłonności do nadmiernego fantazjowania, co także charakterystyczne jest dla omawianych dzieci, zwiększa predyspozycję do aktorstwa.

Na zakończenie cyklu Porad, poświęconych nerwowym dzieciom, zaznaczyć chciałam, że w dużej mierze opierałam się na świeżo wydanej pracy dr. K. Dąbrowskiego p.t. „Nerwowość dzieci i młodzieży”.

Książkę tę, napisaną w sposób b. przejrzysty i jasny, gorąco polecam tym wszystkim matkom, któreby bliżej zapoznać się chciały z zagadnieniem nadmiernej pobudliwości nerwowej u młodocianych.

Stefania Warszawska.

W parku jesienią.

Jeszcze o wychowawczyniach.

Mam takiego Marcuszka, którego, wiem zawsze, gdzie znaleźć w ogrodzie. Dojrzałam go wczoraj zdaleka już. Siedział na środku alei na przewróconym do góry dnem wozie strażackim, nabarmuszony jak sowa. Czemuż tak? Siostrzyczka w wózku więc do zabawy nie pora, a na tej

ławce jest tylko jedno, zaledwie trzyletnie bobo. Marek pogniewał się z nim, czy nawet pobił. Pogardliwie się wykrzywia: „Takie głupie!”

Widok ten przypomniat mi znów otwartą stale kwestję płatnych opiekunek naszych dzieci.

Piastunka, niania, freblanka nie bije dziecka, nie beszta nieparlamentarnymi wyrazami; nie wypija, nie wyjada przeznaczonych dla niego zapasów, owszem zachęca, pobudza, zagaduje, wmawia, żeby się posiliło należycie, jeśli nie ma stale apetytu; zaprawia do jedzenia przyzwyczajenie, ochędoźnie; wytrze buzię, rączki, a także i nosek; kładzie paltocek czy sweterek, albo też wraca do domu, kiedy się wiatr bardzo zmógł, temperatura spadła; zgrzanemu pić nie pozwala; pamięta o parasolu w razie wątpliwej pogody, o kaloszykach czy botach — wogóle, jak się to mówi „uważa na dziecko“. Rodzice tego szczególniej pilnują, wymagają — niewypełnianie jednego z tych punktów doprowadza do zerwania umowy. A tymczasem te wymagania to dopiero część tego, czego się żądać normalnie powinno.

Bo czemuż ma być dla dziecka t. zw. „spacer“. Ma ono odetchnąć czystsze, niż w mieszkaniu, powietrzem, rozwijać sobie, dezynfekować płuca, krtań — wogóle narządy oddychania, wzmacniać serce, mięśnie. W tym celu winno zażywać w miarę ruchu i wypoczynku, no i wesołości: chodzić, biegać, wykonywać jak najrozmaitsze ewolucje, no i bawić się całą duszą. Czyż wychowawczynie dbają naogół o to? A tymczasem, jeśli zawsze o to idzie, tem więcej obecnie z zapadającą jesienią w przejściowej porze roku.

Mareczek, osowiały, tkwi na ławce — czyż się nie może zaziębić?

Nie ma się z kim bawić — czy panna Lila pochodzić, pobiegać z nim nie powinna? Pogniewał się z towarzyszem, trzeba go z „kolegą“ pogodzić, czy wyszukać mu innego, bo czy każde dziecko jest tak śmiałe, że samo zaprosi drugie do zabawy? I nad zainicjowaną grą czuwać też trzeba, nieraz urozmaicić, wytworzyć, nowe zwroty, kombinacje. Np. dzieci zbierają obecnie nagminnie opadłe, zeschłe liście. Zazwyczaj wszystkie bez wyboru, ile się w garstce zmieści. Powstaje rywalizacja: kto pierwszy dobiegnie do upatrzzonego liścia, kto ma najwięcej. Po chwili, widząc, że zainteresowanie zabawą słabnie, wychowawczynie może zaprojektować pewien konkurs: „Powiedzcie, dzieci, czyj bukietek najładniejszy?“ Spór. Pani powoływana jest zazwyczaj na arbitra. Organizuje się pochód z bukietkami w rękę, spacer po wielu alejach. I p. Lila też. Dzieci wybrały dla niej największy bukiet lub najładniejszych listków parę, rumianych czy żółciutkich; musiała sobie przypiąć do boku. Kto ma liście z różnych gatunków drzew: kasztanów, topoli i t. p., a kto wszystkie tylko z kasztana? Które listki, jako brudne, podarte, odrzucić? Podobnie z kasztanami. Czyj największy, a czyj znów najładniejszy? Wychowawczynie przedziurawi okrągły, ładny kasztan i umocuje go na odpowiedniej do ręki długości gumce — sznureczku. Co za miła zabawka do podrzucania i chwytania na spacerze! A za kasztanem czy paru kasztanami, uwiązanymi na sznurku,

będzie się uganiał zwinny Filuś czy Amorek.

No i p. Lila, ma się rozumieć, poruszy się nieraz z ławki, przyjdzie w to miejsce, pod te drzewa, gdzie najwięcej zebrać można liści czy kasztanów.

Inicjatywa do gier ze strony starszych tem ważniejsza, niezbędniejsza, że o materiał do zabawy trudno u nas w ogrodach publicznych na alejkach, a z trawników, nie tak jak zagranicą, korzystać nie można.

Józefa Gażyńska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Panu Zajączkowskiemu Ta-deuszowi.* W sprawie starszego synka Pana nic nie jesteśmy w stanie powiedzieć na dystans. Sądzimy, że powinny być stosowane rady otrzymane na klinice. Waga drugiego Pańskiego synka jest wprawdzie niższa niż w normie, niema jednak w tem nic złego. Można mu już wprowadzić zamiast jednego karmienia piersią kaszę na smaku z jarzyn i jarzyny.

Skład tej zupki przedstawiałby się następująco — 2 łyżeczki od herbaty manny, 1 1/2 łyżeczki od herbaty cukru, 1/2 łyżeczki od herbaty masła, 150 g. (10 łyżek stołowych) smaku z jarzyn. Gdy mały będzie już dobrze jadł zupkę, można będzie dać jeszcze drugie danie w postaci rozartej jarzyny (marchew, buraki, szpinak), danej w ilości od 1 do 6 łyżeczek od herbaty dziennie. Prócz tego powinno mu się dawać 5 — 6 łyżeczek od herbaty surowego soku (z cytryny, pomarańczy lub marchwi) dziennie.

2. *Pani S. Ryzikowej.* Zamiast cukru zwykłego należy stosować do mieszanek nutromalt Wandera. Stółce małego będą wówczas lepsze

Nutromalt niemowlęta wykorzystują lepiej niż cukier buraczany. Mleko należy gotować w przeciągu 3 — 5 minut od chwili zagotowania.

3. *Pani J. Gąsowskiej.* Gdy Pani idzie do biura, należy pokarm odstrzyknąć i przechować w zamkniętem naczyniu w zimnem miejscu. Po ogrzaniu można go podać dziecku. Będzie to lepsze niż wprowadzenie mieszanek. W zimnie pokarm może stać nawet przez kilka godzin.

4. *Pani Z. Zwierzchowskiej.* Spód „becika“ powinien być z włosia lub trawy morskiej, wierzch „becika“ może być w tej chwili nawet z pierza. Może go jednak stanowić i zwykła watowana kołderka, wsunięta do poszwy. Przy wyjeździe na spacer do wózka wkłada się dziecko w „beciku“.

5. *Pani M. Nastowej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

6. *Pani Róży Szapirowej.* Przyczyny złego wyglądu dziecka mogą być różne. Powinna Pani zwrócić się do swego lekarza domowego.

7. *Pani Szczesniewskiej.* Odpowiedź przesłaliśmy przez pocztę.