

Galantov spinálny reflex sa objavuje u embrya v 20. týždni tehotenstva. Pridáva sa k ďalším reflexom a jeho úlohou je podnecovať vyvíjajúce sa dieťaťko do pohybu. Stimulácia chrbátika v driekovej časti spôsobuje vysunutie boku do stimulovanej strany. Niekedy reakcia zapríčiňuje aj otočenie hlavy a spustí asymetricko-tonický šijový reflex (ATŠR), o ktorom sme písali minulý mesiac. U správne sa vyvíjajúceho 10-mesačného bábäťka by mala byť jeho činnosť utlmená. Ak stimulujeme chrbátik po oboch stranách naraz, reakcia je veľmi silná. Dieťaťko prisunie nohy pod bruško, zakloní hlavičku a vo väčšine prípadov sa silno rozplače. Niekedy nastane vyprázdnenie mechúra, prerušenie dýchania, ktoré občas spôsobuje až cyanózu (modrofialové sfarbenie pokožky spôsobené nedostatčným oksyficiením). Táto reakcia prestáva okolo 3. mesiaca.

To štekľí!

AKO SA VYVÍJA DIEŤA ⑤

AKO RYBKÁ

Všetky úlohy Galantovho reflexu nie sú úplne zrejmé. S istotou sa dá povedať, že počas vnútro maternicového vývinu (spolu s ATŠR) zabezpečuje pohyby plodu. Pohyb je dôležitou premennou pri vývine bábäťka. Každý jeden, ktorý dieťa vykoná, pomáha okrem iného rozvíjať a zdokonaľovať nervové prepojenia medzi telom a mozgom. Prostredníctvom tohto reflexu dieťa získava pružnosť bokov a dolnej časti chrbtice. Pri chudších maminách môžeme niekedy pozorovať pohyby dieťaťka zo strany na stranu, ktoré pripomínajú vlnenie či plávajúcu rybu. Pružnosť a pohyblivosť v oblasti drieku a bokov využije dieťaťko aj v procese pôrodu. Sťahy maternice poskytujú potrebný stimul a dieťa sa takto snaží dostať von z pôrodných ciest. Ak vývin prebehol bez komplikácií, činnosťou Galantovho reflexu v kombinácii so spustenním reakcie ATŠR dieťaťko aktívne spolupracuje pri pôrode.

Niektoré pozorovania a výskumy naznačujú funkčné prepojenie reflexu a vnímania zvuku. Dieťa reaguje na zvuk už v maternici, a to nielen prostredníctvom sluchu, ale aj vibrácií. Vibrácie zaregistruje a prenáša chrbtica. Zistilo sa tiež, že u detí s problémami v rečovom vývine, ktoré prešli sluchovým tréningom, nastala okrem iných zlepšení aj redukcia činnosti Galantovho reflexu.

Jedna interpretácia uvažuje o tom, že Galantov reflex je evolučný pozostatok z dávneho obdobia, keď naši fylogenetickí predkovia mali ešte chvost a pre pohyb na štyroch bola potrebná perfektná pohyblivosť a koordinácia pohybov dolnej a hornej časti trupu na jednu stranu. Reflex pravdepodobne pretrváva až do dnešných čias preto, lebo napomáha rozvoju bazálnych pohybových vzorcov v maternici a neskôr flexibilitu a rovnováhu v štádiu plazenia a chodenia po štyroch.

CHCEM SLOBODU

Ak tehotenstvo, pôrod alebo prvé mesiace po narodení prebiehajú podľa „plánu“, činnosť Galantovho reflexu sa postupne

utlmuje, až koncom 9. mesiaca jeho činnosť úplne vyhasne. Čo sa týka optimálneho vývinu reflexov, trik spočíva v používaní. Každý z novorodeneckých reflexov má svoju úlohu. Potrebuje dostať veľa príležitostí v špecifickom období. Ak ich nemá, nespúšťa sa dostatočne často a jeho úloha ostáva nedokončená. Vtedy ostáva uzamknutý v akomsi čakacom režime a pretrváva až do dospelosti. Neskôr podráždenie dolnej časti

chrbta trvale spúšťa reakciu, ktorá je neskôr už len na ťarchu. Ak ste vy alebo vaše dieťa štekľiví v tejto oblasti, je to vďaka stále aktívnemu Galantovmu reflexu.

Niektoré udalosti sú mimo náš vplyv a niektoré môžeme ovplyvniť. Počas tehotenstva dieťaťko potrebuje svoju dávku pohybu. Tú nezabezpečujú len reflexy, ale aj mamina v čakávaní. Pri pohybe matky plod neostáva pasívny, ale reaguje proti pohybom. Táto stimulácia tiež svojim dielom napomáha rozvoju príslušných nervových dráh.



Druhá časť prichádza po narodení. Ak dieťaťu doprajeme voľný pohyb, zistíme, že zo začiatku veľa času trávi dvíhaním nožičiek dohora, kopaním a otáčaním spodnej časti tela. Všetky tieto činnosti vyvíjajú tlak na driekovú oblasť. Dôsledkom tejto stimulácie je postupné utlmenie činnosti Galantovho reflexu. Malinké *pidi* džínsy síce vyzerajú roztomilo, ale bránia dieťaťu v pohybe a tým aj jeho správemu vývinu. Veľmi obľúbené a úplne nevhodné sú ležadlá, v ktorých dieťa napoly leží a napoly visí. Tzv. *sit up* pomôcky podporujúce vzpriamovanie do sedu, ktoré nevyplýva zo schopností dieťaťa, a tiež všetky zariadenia brániace dieťaťu v pohybe dávajú základ neskorším problémom.

Najlepšie čo môžete pre vaše dieťaťko urobiť, je obliecť mu vytahané bavlnené dupačky po bratrancoch a sesterniciach a peniaze na ležadlá či hojdacie kresielka minúť na wellness. To pravé miesto pre bábätko je na mamine (prípadne na inom ochotnom členovi domácnosti) alebo na pevnej rovnej podložke, najlepšie na zemi.

Pre dieťa zo zachovaným Galantovým spinálnym reflexom bude typické nepokojné sedenie. Dieťa sa môže mrviť, vystierať či krčiť nohy, predkláňať sa, či ohýbať trup vpred a vzad. Niektoré deti dokážu naozaj prekvapiť frekvenciou a aj podivnosťou produkovaných pohybov. U detí so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami sa aj v odbornej literatúre píše o nadprodukcii neúčelných pohybov. Osobne mám názor, že žiadny človek, ani zvierka nerobí nič nadbytočné. Príroda každý organizmus navrhuje a vytvára tak, aby bol čo najefektívnejší a energiou sa v prírode nikdy neplytvá. Myslím si, že ak sa dieťa podivne pohybuje či hmýri, má na to určite dobrý dôvod. Minimálne u detí s pretrvávajúcim Galantovým reflexom je cieľom „neúčelných“ pohybov odbúravať neustále vznikajúce podráždenie a kumulujúce sa svalové napätie.

VYSKOČÍŤ Z KOŽE

Pretrvávajúca činnosť Galantovho reflexu môže narúšať fungovanie hneď niekoľkých oblastí. Najviac vplýva na schopnosť pokojne sedieť a sústrediť sa. Citlivosť driekovej oblasti pretrváva a bežné oblečenie či klasické operadlo stoličky môžu spúšťať reflexívnu odpoveď. Staršie dieťa nemusí práve pohybovať zadkom do strán, lebo naučená svalová kontrola a samotná poloha sediaceho tela to neumožňujú. V danej oblasti však narastá napätie, vnútorný nepokoj sa stupňuje a nejaký pohyb sa od dieťaťa podvedome vyžaduje.

a nepoddajným pásom. Môže mať zvláštne požiadavky. Napríklad trvá na odstránení lístka s označením veľkosti, ktorý býva umiestnený práve v driekovej oblasti. Prípadne môže opakovane vyžadovať nosenie rovnakého kusu odevu, či odmietat niektoré materiály.

Niekedy sa tieto problémy vysvetľujú štekľivosťou v driekovej oblasti. Štekľivosť nie je príčinou problémov, ale jedným z dôsledkov. Vieme, že ak sú podráždené obe strany chrbátika, reakcia nie je len svalová (skrčenie nôh), ale má aj svoju výraznú emocionálnu zložku. Excesívny plač, niekedy sprevádzaný až narušením rytmu dýchania s následným zmodraním, nám napovedá, že neodznenie tohto reflexu môže komplikovať aj emocionálnu pohodu dieťaťa.

Nie sú mi známe výskumy, ktoré by sledovali emocionálne dopady tohto reflexu, no z klinickej praxe je jasné, že jeho aktivácia pri diagnostikovaní u niektorých detí môže spôsobiť až agresívnu reakciu. Naša supervízorka nám spomínala prípad veľmi kultivovaného dievčatka, ktoré malo problémy s učením. Celá diagnostika prebiehala dobre, spolupráca bola výborná. Nič nenasvedčovalo, že príčinou školského nezdaru by mohli byť zachované novorodenecké reflexy, až kým neprišlo na testovanie tohto reflexu. Reakcia bola nečakaná, silná a prekvapivá aj pre prítomnú matku. Dievčatko po aktivovaní reflexu ušlo do rohu, zaliezlo pod stoličku a zlostne vrčalo ako malé zvieratko.

VŔRR!

Podobne môže byť prítomná precitlivenosť na niektoré druhy oblečenia. Dieťa nemusí chcieť nosiť nohavice s relatívne tvrdým

VAŠE DIETĀ NIE JE NORMÁLNE!

Samozrejme, nie každé dieťa s pretrvávajúcím Galantovým reflexom je takto vysoko reaktívne. No je nám jasné, že ak sa dieťa musí vyrovnávať so spomenutými sprievodnými reakciami, jeho pozornosť nutne nemá požadovanú kvalitu. Časť pozornosti a energie sa odvádza k iným problémom, ktoré vám dieťa nie je schopné vysvetliť. My zvonku zasa môžeme vidieť len nepozornosť, neposednosť, vymýšľanie či podráždenosť.

Tak, ako som už viackrát zdôraznila, napomenutia: *sed pokojne, dávaj pozor, nemrv sa, nevymýšľaj*; zvyšujú psychickú záťaž. Dieťa sa potom namiesto vyučovania sústreďuje na zvládnutie nepríjemných pocitov. Napomenutiami kvalitu pozornosti rozhodne nezvýšime, zato narastá nervozita a netrpelivosť dieťaťa.

Ak dieťa nie je schopné kvalitne sa sústrediť, oslabuje sa aj jeho krátkodobá pamäť a to má negatívny dopad na osvojovanie nových poznatkov. Škola so svojím statickým prístupom a potrebou mať čo najviac rovnakých a rovnako reagujúcich žiakov niekedy zbytočne patologizuje správanie dieťaťa. Dostáva nelichotivé nálepky: *nevychovaný, hysterický, neporiadny, slabý, hlúpy*. Smutné je, že dieťa takto začne aj samo o sebe uvažovať a začne naplňať obraz, ktorý o sebe nadobudlo.

NEPOSLUŠNÉ TELO

Pretrvávajúci Galantov reflex môže spôsobovať aj iné problémy. Ako vieme, jeho odpoveďou je vytočenie boku do strany. Ak je za-

chovaný jednostranne, opakovane spúšťaná reakcia môže narušiť vývin správneho pohybového vzorca pri chôdzi, ovplyvniť pohyblivosť bedrových kĺbov a celkový postoj dieťaťa. Jednostranná stimulácia, ak je veľmi silná, môže vplývať na zakrivenie chrbtice a prispievať k rozvinutiu skoliózy.

Zachovanie primitívneho reflexu často blokuje plné rozvinutie vývinovo neskorších, tzv. posturálnych reakcií, ktoré sú prítomné u zrelých detí. Absencia alebo nedostatočný vývin posturálnych reakcií ovplyvňuje plynulosť a pohyblivosť pri fyzickej činnosti a športe.

Prítomnosť tohto reflexu sa často diagnostikuje u detí s narušenou pozornosťou alebo Aspergerovým syndrómom. Niektorí klinickí pracovníci pozorovali jeho prítomnosť pri pretrvávajúcich problémoch s ovládaním vylučovania a tiež pri syndróme dráždivého čreva.

INPP SLOVENSKO A ČESKO

Rodičom a učiteľom odporúčam najprv nájsť príčiny nesústredenia a dráždivosti. Je pôvodcom ťažkostí nepohoda v rodine, neodhadený zdravotný problém dieťaťa alebo sú príčiny neurofyziologické? Až keby sa preukázala prítomnosť pretrvávajúcich reflexov, je namieste začať s terapeutickým riešením. Najbližšieho terapeuta, ktorý sa zaoberá odstránením pretrvávajúcich reflexov, môžete nájsť na www.inpp.cz.

Mgr. Viera Lutherová
Balans – poradňa
zdravého vývinu

Ochorenia detí v ranom veku

PRIRODZENÁ STAROSTLIVOSŤ O DIETĀ 5

Ťažkosti detí v ranom veku môžeme rozdeliť na ochorenia posilňujúce detský organizmus, tvoriace imunitný systém dieťaťa a choroby, ktoré nám robia starosti, opakujú sa, ich priebeh je komplikovaný, dlho trvá, kým sa dieťa uzdraví. Takýmto ochoreniam by sme mali prechádzať a mali by sme hľadať príčiny ich vzniku.

Každé zdravé dieťa s dobrým imunitným systémom môže niekoľkokrát za rok prekonať vysokú horúčku bez iných symptómov. Môže sa objaviť nádcha, kašeľ, celý stav však má nekomplikovaný priebeh a odznie do 1 až 4 dní, výnimočne trvá týždeň. Môžeme si všimnúť, že dieťa po prekonaní horúčkového ochorenia urobí vo svojom vývoji veľký, náhly pokrok, naučí sa niečo nové, osvojí si nové fyzické či duševné schopnosti. Po celý náš život sa stretávame s prekážkami a my ako dospelí ich prekonávaním a zvládaním

rastieme a kultivujeme svojho ducha. Tieto rané ochorenia sú prvými prekážkami, ktoré život kladie pred naše deti, aby ich zdolávaním silneli a rástli do dobrej dospelosti. Prívitajme tieto krátke ochorenia ako pomocníkov pri utváraní imunity a naučme sa s nimi dobre zachádzať. Podporíme deti dôverou v ich telo a ich osud, spolu s jemnou podpornou homeopatickou liečbou a prírodným vonkajším ošetrovaním.

AKO PREDCHÁDZAŤ DETSKÝM CHOROBÁM A AKO HĽADAŤ ICH PRÍČINY

Ak sú však deti často choré, ich ťažkosti sa opakujú a trvajú príliš dlho, je na mieste hľadať ich príčinu a týmto ochoreniam predchádzať. Príčiny ochorení detí som veľmi podrobne opísala v časopise *Dieťa* 3/2016.

Na vzniku ochorení sa môžu podieľať:

- klimatické vplyvy,
- geopatogénne zóny,
- žiarenie,
- infekčné prostredie nemocníc, jasíel a škôlok, parazity,
- stravovanie,

- kozmetika, domáca chémia, toxické látky, zbytočne používané lieky a očkovanie,
- vrodené predpoklady – konštitúcia dieťaťa,
- psychosociálne a psychosomatické vplyvy, nepohoda v rodine či v okolí,
- osud dieťaťa.

Pri pátraní po príčinách ochorení môžeme nájsť pomoc v knihe Rüdiger a Dahlkeho „Choroba ako symbol“ alebo „Choroba ako reč detskej duše“. V týchto knihách môžeme nájsť rozsiahly zoznam diagnóz a k nim priradené príčiny choroby, často symbolicky vyjadrené.

Pomáhame si ľudovými porokadlami, napríklad „už to nemôžem počúvať“, „nemôžem sa na to ani pozrieť“, „nemôžem nič stráviť“, „nič sa mi zadrhlo v hrdle“, „nemôžem nič prehltnúť“... ktoré možno priradiť k životnej situácii, ktorá je pre dieťa taká ťažká, že ju telo začne vyjadrovať chorobou.