

VÝVIN DIEŤAŤA 1

NEMÔŽEM SA NEZĽAKNÚŤ

Týmto článkom začíname nový seriál, v ktorom sa budeme zaoberať vývinom dieťaťa z neurofyziologického a neuropsychologického hľadiska. Verím, že nám pomôže lepšie porozumieť našim deťom, a to najmä v prípadoch, keď sa nie všetko vyvíja tak, ako by sme chceli.

VÝVIN REFLEXOV

Dieťa prichádza na svet vyzbrojené súborom automatických reakcií, ktoré mu pomáhajú pri narodení a pri postupnom adaptovaní sa na tento svet. Tieto automatické vrodené reakcie sa nazývajú novorodenecké reflexy. Keď dieťa zvládne určitú fázu vývinu, ich činnosť zaniká a otvára sa priestor pre vyššiu úroveň, pre posturálne reflexy.

Dieťa, ktorému vývin nič nekomplikovalo, má v 3,5 roku utlmenú činnosť skupiny novorodeneckých reflexov a rozvinuté posturálne reflexy. Ak sa niečo pokazí a niektorý novorodenecký reflex alebo ich súbor zostáva zachovaný a posturálne reflexy sa nerozvinú, centrálna nervová sústava nefunguje tak hladko, ako by mala. Zostane akoby „zamrznutá“ v nižšom štádiu vývinu, hovoríme o tzv. neuromotorickej nezrelosti. Každý novorodenecký reflex má svoje špecifické prejavy, funkciu a negatívne dôsledky, ak zostane zachovaný.

MOROV REFLEX - BOJ ALEBO ÚTEK?

Morov reflex patrí medzi tie známejšie. Možno ste videli lekára, ako pod ležiacim bábätkom mykol podložkou. Dieťa okamžite rozťahlo ruky a nohy do typickej akoby „objímacej“ polohy, nadýchlo sa, na okamih ustrnulo a potom sa stiahlo a bolesťovo rozplakalo. Takto vyzerá testovanie Morovho reflexu u novorodencov a umožňuje nám jednoduchým spôsobom, aj keď len veľmi zhruba, zistiť, ako je na tom dieťa z neurologického hľadiska.

Morov reflex však môže spustiť akýkoľvek náhly a silný podnet. Silné svetlo (zrak), nečakaný zvuk (sluch), neopatrný dotyk (hmat), výrazná vôňa (čuch), neznáma chuť alebo prudký pohyb (vestibulárny aparát) rozbehnú búrlivú reakciu. Okrem pozorovateľnej reakcie sa spustí aj kaskáda vnútorných procesov: naštartuje sa adrenalinová reakcia, zrýchli sa dýchanie, zvýši sa prekrvenie svalov, rozšíria sa zornice a znásobia sa metabolické procesy. Aktivita a pripravenosť nervového systému okamžite reagovať na akýkoľvek podnet je vyšpičkováaná do krajnosti. Organizmus je mihnutím oka pripravený na boj alebo útek. Morov reflex pomáha udržať bdelosť a vzrušivosť novorodenca, a tak sa chrániť pred možným ohrozením.

Vyzerá to tak, že novorodenec je veľmi zraniteľný a citlivý na všetky podnety, akoby až príliš otvorený svetu. Takáto zvýšená citlivosť však má svoju úlohu. Po náročnom procese pôrodu mobilizuje dieťa a je akýmsi záložným sys-



FOTO SHUTTERSTOCK.COM

témom, ak zlyhá prvé nadýchnutie. Práve kvôli bezbrannosti mu príroda dala mocnú zbraň. Vždy, keď by mu mohlo niečo hroziť, spustí rúmus, aký si žiadny rodič nedá za klobúk, ale rozbehne sa ho zachraňovať. Morov reflex jednoducho zvyšuje šance na prežitie v prvých týždňoch života.

STRACH JE DOBRÝ SLUHA, ALE ZLÝ PÁN

Morov reflex sa začína vyvíjať v prvých týždňoch po počatí a je plne rozvinutý u donoseného dieťaťa. Približne okolo 4. mesiaca si môžete všimnúť, že dieťa nezačne hneď plakať, keď sa udeje niečo nečakané. Reakcia sa spomaľuje a je pokojnejšia. Dieťa sa učí najprv preskúmať, či naozaj niečo hrozí. To je známka, že Morov reflex je na ústupe a postupne sa otvára cesta pre zrelšiu úľakovú reakciu. Tá je typická šetrnejším narábaním s emóciami a energiou. Dospelý pri nečakaných podnetoch spozornie, zistí zdroj, automaticky prebehne hodnotenie, porovnanie so skúsenosťami a, ak je dôvod, vystraší sa. Ak aj pri malom nečakanom „bu“ rozhodíte rukami a vyletí vám tep a tlak, je dosť pravdepodobné, že máte zachovaný Morov reflex.

Jednoducho povedané Morov reflex spúšťa strach. Ten je tou zásadnou premenou, ktorá má zachrániť dieťa, a preto zo všetkých reflexov najviac zasahuje celú osobnosť dieťaťa. Jeho pretrvávajúce spôsobuje, že staršie dieťa zostáva precitlivené na niektoré podnety, v horšom prípade aj na celý súbor podnetov. Spúšťačom sa môže stať takmer čokoľvek. Nečakane vyletí holub, do ticha sa ozve zvonček, niekto sa dieťaťa dotkne zo zadu a celá kaskáda silných emocionálnych a fyziologických pochodov sa rozbehne mimo vôľovú kontrolu.



FOTO SHUTTERSTOCK.COM

V domácom prostredí dôsledky zachovania reflexu nemusia byť nápadné, ale napríklad školské prostredie sa stáva pre takéto deti neúmernou záťažou. Záplava podnetov zo všetkých strán, ktorá neprímerane aktivuje centrálny nervový systém.

ČO S TÝM DECKOM JE!

V tomto momente je už aj laikovi jasné, že pre dieťa so zachovaným Morovým reflexom je už len bežný pobyt v škole energeticky vyčerpávajúci. Takéto deti sa vyznačujú nadmernou únavou. Zároveň si nevedia dobre odpočínúť, lebo prichádzajúce podnety ich držia v stave nabadenia. Navonok sa to môže prejaviť ako podráždenosť, netrpelivosť. Dieťa môže byť výbušné, impulzívne až agresívne. Rozrušíť ho môžu drobnosti, ktoré iní ani nemusí zaregistrovať. Dieťa jednoducho na „to“ nemá nervy, doslova. Nervi totiž naozaj ešte nie sú prispôbené.

Keďže nie je v silách dieťa zvládať reakcie svojho tela, lebo reflex pôsobí automaticky, dieťa sa môže snažiť ovládať svoje okolie. Deti so zachovaným Morovým reflexom môžu byť nestí, úzkostné, neznášajúce zmeny. V extrémnych prípadoch sa hypersenzitíva na podnety môže prejavovať paradoxne ako necitlivosť. Dieťa v snahe ochrániť sa, „vypína“ všetky príjmové kanály. Pôsobí stiahnuto, uzavretá, nereaguje, akoby bolo hluché a slepé.

Strela som sa s jedným dieťaťom, ktoré malo zachovaný Morov reflex. Matka hovorila, že keď bol malý, búchal si často hlavu o zem. Stáva sa to u detí s ťažším mentálnym postihnutím, prípadne u detí z málo podnetného prostredia. Vtedy je pravdepodobne funkciou takéhoto správania zabezpečiť si prítomnosť podnetov. Vyskytuje sa aj u autistických detí a sami autisti hovoria, že im takýto výrazný sensorický vnem pomáha načas „vypnúť“ alebo skôr prehlásiť záplavu nesúrodých podnetov a na chvíľu si dopriať oddych. Myslím, že u spomínaného chlapca búchanie hlavou o zem malo presne tento účel.

MOROV REFLEX A INÉ PORUCHY

Výskumy potvrdzujú, že zachovanie Morovho reflexu súvisí s poruchou pozornosti spojenou s hyperaktivitou (ADHD) alebo bez hyperaktivity (ADD). Zistilo sa, že čím viac je tento reflex zachovaný, tým vyššie je skóre v problémovom správaní typickom pre deti s ADHD. To, čo nazývame nesústredenosťou, je reflexívna potreba venovať sa všetkým podnetom, čo neumožňuje dieťaťu selektovať nepodstatné javy a koncentrovať sa na podstatné. Z hľadiska nezrelého mozgu je všetko rovnako dôležité a môže predznamenávať hrozbu. Nič nesmie zostať nepovšimnuté.

Špecificky sa to dotýka zraku, ktorý je najvýznamnejší zmyslový kanál. Nečakaný vizuálny podnet – otvoria sa dvere, učiteľka prejde popred lavicu a podobne – spôsobí, že oči dostanú podvedomý príkaz sledovať podnet, veď, čo ak... Hovorí sa tomu stimulus bond efekt – efekt pripútania sa na podnet, ktorý nedovolí

dieťaťu nepretržite sledovať napríklad text v učebnici alebo dianie pred tabuľou. V období, keď je Morov reflex aktívny, zrak dieťaťa nie je vyzretý a registruje predovšetkým kontrast a celkový obrys predmetu, ťažšie teda vníma detaily. Dieťa s nenarušenou ostrôstou zraku tak bude zle rozlišovať napríklad rozdiel medzi m a n. Pre poruchy vývinu školských zručností, skôr známe pod názvom poruchy učenia, je typická slabá schopnosť zrakového rozlišovania (alebo zrakom presne vnímať zložité figúry).

Pri niektorých deťoch sú výrazné rozdiely medzi predpokladanou inteligenciou dieťaťa a jeho úspechom v škole a v sociálnej oblasti. Zachovanie Morovho reflexu môže vyvolávať prejavy neskôr diagnostikované ako poruchy správania, pozornosti alebo spôsobovať niektoré ťažkosti typické pre poruchy učenia, prípadne v staršom veku sa môžu stať neurofyziológickým základom pre rozvoj úzkostných a panických porúch.

Neštandardné správanie dieťaťa často nevieme správne dekódovať. Môže sa stať, že sa takéto dieťa začne brániť vstupu na hlučné miesta. Odmieta vstúpiť, vyvolá hádku alebo spustí hysterický záchvat a my nerozumieme, čo sa deje, veď pred chvíľou bolo všetko v poriadku. Napríklad obchodné centrá sú úplným útokom na zmysly. Nemocnica s chemickými pachmi, hŕkaním sanitky a obyčajným pichnutím ihlou môže byť pre deti so zachovaným Morovým reflexom na hranici zvládnutia. Zdá sa vám, že máte zbabelé dieťa? Môže byť, že zbabelosťou pomenujeme len prejavy neurologickej nezrelosti. Staršie dieťa sa nebude hádzať o zem, ale môže sa pokúsiť napríklad maskovať príznaky choroby, klamať, manipulovať a vyhovárať sa, len aby si zabezpečilo stabilnejšie a predvídateľnejšie prostredie.

Zvýšená senzitivita a reaktivita kladie väčšie nároky na telesné fungovanie a ovplyvňuje zdravotný stav dieťaťa. Napríklad adrenalinová reakcia, ktorá sa spúšťa po aktivácii Morovho reflexu, stimuluje imunitný systém. To znie dobre len dovtedy, kým nezistíme, že príliš častá stimulácia ho vyčerpáva a postupne sa znižuje jeho efektívnosť. Dieťa sa tak stáva zraniteľnejšie voči infekciám. Stres sa najnovšie dáva do súvisu aj s rozvojom alergií a diabetu.

VŠETKO NIEČO STOJÍ

Samozrejme, že u staršieho dieťaťa alebo dospelého spustenie Morovho reflexu nemá rovnakú podobu ako u novorodenca. Časom sa tieto deti naučia zvládať dôsledky zachovania reflexu. Vybudujú si rôzne stratégie, ako predísť spusteniu reflexu alebo potlačiť naštartovanú reakciu. Keďže zachovanie reflexu je neštandardná situácia, aj kompenzačné mechanizmy sa často vymykajú štandardu. Bežne si pomáhame proti bolesti zovretím dlane v päst, najlepšie s palcom vnútri. Stimulácia dlane sprostredkovaná pomáha potlačiť spustenie Morovho reflexu, čo nám umožní čiastočne regulovať nepríjemný zážitok.

RÝCHLE ZÁVERY

Ak máte doma „komplikované“ dieťa, netreba robiť rýchle závery, že je nevychované, ste neporiadna matka, dieťa má zlú povahu a podobne. Najprv treba zvážiť vek, lebo pri dvojročnom dieťati nie je namieste hovoriť o hysterickom záchvate, ak sa v krízovej situácii hodí o zem. Ako druhé by som sledovala výživu dieťaťa, veľa cukru a chemických prísad urobí svoj. A ako tretie by som sa pozrela na úroveň neuromotorickej zrelosti. Dieťa možno ešte „nemá nervy“ na nároky, ktoré na neho kladie bežný život.

Mgr. Viera Lutherová
psychologička