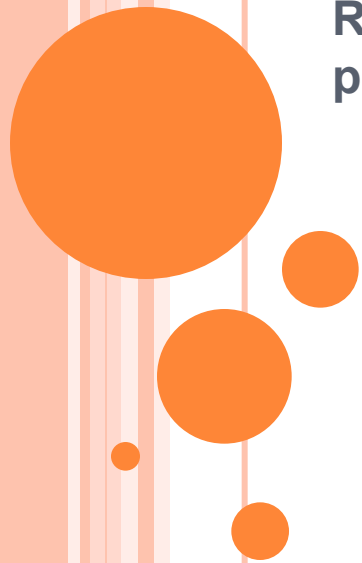


# BATOLE

**Růst a vývoj dítěte. Charakteristika. Nejčastější patologie. Výživa u dětí. Poruchy výživy.**



Období batolete trvá od 1. do konce 3. roku.

Název je odvozen od nejisté, batolivé chůze.

Pro toto období je charakteristické:

- osamostatňování dítěte v základních životních funkcích
- chůze
- přijímání potravy
- udržování čistoty
- řeč
- poznávání prostředí, ve kterém žije



# RŮST A VÝVOJ DÍTĚTE

Během druhého roku života děti vyrostou průměrně o 11 – 12 cm, za třetí rok o 8 – 9 cm. Mezi 3. – 4. rokem již přecházejí do fáze lineárního růstu s průměrnými ročními přírůstky kolem 6 cm.

Hmotnost narůstá o 3 kg za druhý rok a od 2 do 6 let pak zhruba o 2 kg ročně.

Tříleté dítě váží v průměru 96 cm a měří 15 kg.

Hoši jsou v batolivém a předškolním období průměrně o 1 cm vyšší a o 1/2 kg těžší než dívky.

Pro proporcionalitu těla je stále charakteristická relativně velká hlava, dlouhý trup a krátké končetiny



V období batolete se dokončuje prořezávání zubů dočasného chrupu (*první dentice*).

Komplexní dočasný chrup dítěte má 20 zubů. Skládá se z osmi řezáků, čtyř špičáků a osmi stoliček. Neobsahuje zuby třenové.

### Pohybové schopnosti dítěte:

- postupně zvládá chůzi a později i běh, vyleze na židli
- seskočí z malé výšky, chodí po schodech (ve 3. roce střídá nohy)
- dovede chvíli stát na jedné noze
- pije samo z hrnečku a začíná jíst lžičkou, navlékne si ponožku a obuje botu



Kolem jednoho roku užívá dítě tři až pět slov a zná jejich význam.

Ke konci 2. roku se jeho slovní zásoba rozšiřuje až na dvě stě slov. Naučí se tvořit věty o dvou až třech slovech. Učí se pojmenovávat předměty a dává otázku „Co je to?“. O sobě mluví ve třetí osobě.

Ve třech letech zná dítě kolem tisíce slov. Naučí se krátkou básničku. Začíná používat zájmeno „já“.



# POHYB

12 měsíců: Chodí s držením jedné nebo obou rukou, obchází kolem nábytku a to kroky do strany.

18 měsíců: Může se dostat nahoru a dolů po schodech s pomocí ruky nebo přidržování.

2 roky: Snadno běhá. Umí si otevřít dveře. Kope do balonu bez balancování.

3 roky: Umí řídit tříkolku a chodit na špičkách. Používá střídání nohou k chůzi do schodů.



# MANIPULACE (ZRUČNOST)

12 měsíců: Úmyslně pouští hračky jednu po druhé na zem a dívá se, jak padají.

18 měsíců: Umí postavit věž ze tří nebo čtyř kostek. Čmárá na papír tužkou nebo pastelkou.

2 roky: Obrací stránky v knize po jedné. Umí postavit věž ze šesti nebo sedmi kostek.

3 roky: Umí kopírovat čárky a kolečka. Také kopíruje most postavený ze tří kostek.



# SOCIÁLNÍ CHOVÁNÍ

12 měsíců: Drží od sebe ruce a nohy při oblékání.  
Rozumí některým jednoduchým povelům.

18 měsíců: Dobře používá lžíci. Naznačuje potřebu jít na toaletu. Používá některá slova.

2 roky: Natahuje si boty a ponožky. Tvoří jednoduché věty. Říká si o jídlo a pití.

3 roky: Rozumí myšlence sdílení. Hraje si s ostatními. Zkouší uklízet. Používá vidličku.





# VÝŽIVA BATOLETE

## Po 1. roce života

obohacujeme stravu obilovinami již s lepkem – žito, oves, ječmen, pšenice, ječné kroupy, ovesné vločky, těstoviny z celozrnných obilovin, polévku (méně slanou).

**V 18. měsíci** můžeme nabídnout rybu, nejdříve sladkovodní později mořskou a také maso (raději bio).



# NECHUTENSTVÍ

Starší kojeneček, batole a předškolní a školní děti by měli jíst 5x denně velmi pestrou stravu s dostatkem zeleniny.

Děti často pijí značně přeslazené nápoje a stejně přeslazené čaje. Tyto nápoje plné tzv. prázdných kalorií děti zasytí a pak není divu, že dítě nechce obědovat či večeřet.

Jídlo musí být chutné a musí vábit i zrak.

Nejdůležitější je zásada, že na talíři má být vždy jen tolik jídla, kolik je dítě schopno sníst.

Stále v myslích našich maminek přetrvává snaha hodnotit zdravý vývoj dítěte podle váhové křivky. Je to nesmysl!!! Podstatně významnějším měřítkem prospívání dítěte je jeho růst!



# BĚŽNÁ ONEMOCNĚNÍ DĚTSKÉHO VĚKU

Onemocnění z potravin: salmonelóza, průjem, plynatost

Ušní: zánět středního ucha, infekce vnějšího zvukovodu

Alergie, astma

Močové cesty: pomočování, zánět moč. měchýře

Dýchací cesty: kašel, nachlazení, rýma, záněty hrtanu, mandlí, nosohltanu, průdušek, zápal plic, zvětšená nosní mandle

Oční: ječné zrno, šilhavost, zánět spojivek

Kožní: bradavice, ekzémy, lupénka, opar, koutky, vši

Infekční: chřipka, plané neštovice, příušnice, spála, spalničky, zarděnky (**o každé nemoci vědět podrobnosti**)



<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/1148499747-sama-doma/212562220600020/obsah/188784-priusnice-spalnicky-zardenky-mudr-jirina-hobstova-csc-dotazy-1-cast>

<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/1148499747-sama-doma/212562220600020/obsah/188790-priusnice-spalnicky-zardenky-mudr-jirina-hobstova-csc-dotazy-2-cast>

<http://tvmedicina.cz/kategorie/pediatric/735-nestovice-a-spala-jsou-typicke-detske-nemoci>



- <https://www.youtube.com/watch?v=grrFeiY5Yoo>  
Neštovice
- <http://www.priusnice.cz/>
- Příušnice
- <http://spala.cz/>
- Spála
- <https://www.ockovacentrum.cz/cz/spalnicky>
- Spalničky
- <https://www.ockovacentrum.cz/cz/zardenky>
- Zarděnky (Rubeola)



# PŘEDŠKOLNÍ VĚK



- CHARAKTERISTIKA
- RŮST A VÝVOJ
- NEJČASTĚJŠÍ PATOLOGIE
- VÝŽIVA U DĚTÍ
- PORUCHY VÝŽIVY



# CHARAKTERISTIKA

- Předškolní období – období od 3 do 6 let
- Dítě zpravidla navštěvuje mateřskou školu
- Začínají se vyvíjet individuální psychické vlastnosti a osobnost dítěte
- Zdokonaluje se motorika





- ROZVOJ MYŠLENÍ A ŘEČI (MYŠLENÍ JE KONKRÉTNĚ NÁZORNÉ) (U BATOLETE SYMBOLICKÉ)
- „VĚK OTÁZEK“ (ODPOVĚDI BY MĚLY BÝT OBRAZNÉ, NÁZORNÉ, ŽIVĚ VYPRÁVĚNÉ, CHARAKTER POHÁDEK)
- RODIČE MOHOU UDĚLAT MNOHO PRO TĚLESNOU, ROZUMOVOU A CITOVOU VÝCHOVU



## RŮST A VÝVOJ

- Rychlost růstu se zpomaluje
- Každý rok dítě vyroste přibližně o 7cm
- Baculatost se mění ve štíhlost – období „vytáhlosti“
- Pokračuje osifikace kostry
- V obličeji se projevují charakteristické rysy zděděné po předcích
- **V 5 letech je objem mozkové tkáně úplný**
- Začíná se vyhraňovat stranová orientace = lateralita
- <https://www.youtube.com/watch?v=T5da7RSNTwM>
- Řeč je stále složitější – 3leté dítě: kolem 1000 slov, 6leté dítě: kolem 2500 slov

- ROZVOJ FANTAZIE
- ROZVOJ POHYBOVÉ AKTIVITY
- ZRYCHLUJE SE PROCES OSAMOSTATŇOVÁNÍ
  
- KRESBA – TRANSPARENCE (NA OBRÁZKU VIDÍME PŘEDMĚTY, KTERÉ BY JINAK VIDĚT NEBYLY) – ČASTO POMŮCKA PŘI ROZPOZNÁNÍ VÝVOJOVÉ PROBLEMATIKY
  
- 3LETÉ DÍTĚ: RŮZNÝ SMĚR ČÁRY, VÝTVOR SE PŘEDMĚTU NEPODOBÁ
  
- 4LETÉ DÍTĚ: KRESBA HLAVONOŽCE
  
- 5LETÉ DÍTĚ: SCHOPNO NAPODOBIT ČTVEREC, KRESBA JE DETAILNĚJŠÍ
  
- 6LETÉ DÍTĚ: KRESBA BY MĚLA ODPOVÍDAT POŽADAVKŮM PRO VSTUP DO ŠKOLY



- HRA (DÍTĚ SE UČÍ A ZÍSKÁVÁ ZKUŠENOSTI, NAPODOBUJE SVĚT DOSPĚLÝCH), ZÁKLADNÍ FORMOVÁNÍ VOLNÍCH A MRAVNÍCH KVALIT OSOBNOSTI, ROZUMOVÝ VÝVOJ – VNÍMÁNÍ, PŘEDSTAVIVOST, MYŠLENÍ, ŘEČ, PAMĚŤ, POZORNOST
- SKUPINOVÁ HRA JE VELMI DŮLEŽITÝM FAKTOREM SOCIALIZACE
- DĚTI SI POSTUPNĚ PŘESTÁVAJÍ HRÁT „JEDNO VEDLE DRUHÉHO“ A ZAČÍNÁJÍ SI HRÁT „JEDNO S DRUHÝM“



- MĚLI BYCHOM DÍTĚ ZAČÍT SEZNAMOVAT S PRVNÍMI POHÁDKAMI
- MEZI 4. A 5. ROKEM SE VYVÍJEJÍ TZV. VYŠŠÍ CITY – DÍTĚ POSTUPNĚ ODLIŠUJE SPRÁVNÉ OD NESPRÁVNÉHO
- ROZVÍJEJÍ SE PRVKY ESTETICKÉHO CÍTĚNÍ
- DÍTĚ SI ZAČÍNÁ OSVOJOVAT SOCIÁLNÍ ROLI
- POVAŽUJE ZA SPRÁVNÉ TO, CO URČÍ DOSPĚLÍ



# PŘÍČINY NEMOCÍ A NEJČASTĚJŠÍ PATOLOGIE

- **Patologie** – věda zabývající se studiem a diagnostikou nemocí a abnormálních reakcí organismu
- **Nemoci virového původu** – všechna onemocnění způsobují viry (spalničky, příušnice, zarděnky, chřipková onemocnění, obrna, vzteklna, plané neštovice, pásový opar, opar (1. a 2. typu), infekční mononukleóza, záněty jater)



- NEMOCI BAKTERIÁLNÍHO PŮVODU – MOHOU POSTIHNOUT KTEROUKOLI ČÁST TĚLA, V PODSTATĚ KAŽDÝ ORGÁN, MOHOU POSTIHNOUT KŮŽI, MĚKKÉ TKÁNĚ, SVALY, KOSTI, PARANCHYMATÓZNÍ ORGÁNY (PLÍCE, JÁTRA, LEDVINY), TĚLNÍ TEKUTINY A MOHOU PRONIKNOUT DO KRVE.
- NEJČASTĚJŠÍM PŮVODCEM JSOU BAKTERIE GRAM-POZITIVNÍ (STREPTOKOKY, STAFYLOKOKY, ENTEROKOKY), BAKTERIE GRAM-NEGATIVNÍ (ESCHERICHIA COLI, PSEUDOMONAS). PATŘÍ SEM NAPŘ. ANGÍNA, SPÁLA, RŮŽE

([https://www.google.cz/search?q=r%C5%AF%C5%BEA+ONEMOCN%C4%9BN%C3%AD&biw=1366&bih=613&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0AHUKEWJOPLDI9FDPAHUIBMAKHZv5B10Q\\_AUIBIGB&dpR=1](https://www.google.cz/search?q=r%C5%AF%C5%BEA+ONEMOCN%C4%9BN%C3%AD&biw=1366&bih=613&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0AHUKEWJOPLDI9FDPAHUIBMAKHZv5B10Q_AUIBIGB&dpR=1))

- ALIMENTÁRNÍ INFEKCE – INFEKCE VSTUPUJÍCÍ DO ORGANISMU TRÁVÍCÍM ÚSTROJÍM, OBVYKLE INFIKOVANOU POTRAVOU, BEZ OHLEDU NA PŮVODCE (BAKTERIE, VIRY, PARAZITY)





- DYSPEPSIE – PORUCHA TRÁVENÍ, SOUBOR NEPŘÍJEMNÝCH PŘÍZNAKŮ, KTERÉ SE DOSTAVUJÍ PO JÍDLE, CHRONICKÉ NEBO OPAKUJÍCÍ SE OBTÍŽE LOKALIZOVANÉ V HORNÍ ČÁSTI BŘICHA.
- CELIAKIE – CHRONICKÉ ONEMOCNĚNÍ SLIZNICE TENKÉHO STŘEVA, PŘECITLIVĚLOST NA GLUTEN (LEPEK)
- CROHNOVA NEMOC – BOLEST BŘICHA, NEPŘESTÁVAJÍCÍ PRŮJEM, ZVRACENÍ, KOŽNÍ VÝRŮSTKY, KRVAVÁ STOLICE, BOLESTI BŘICHA, KŘEČE
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=85IVBfzhtuY](https://www.youtube.com/watch?v=85IVBfzhtuY)
- SRDEČNÍ ŠELEST – JE ZNAMENÍM, ŽE KREV V SRDCI NETEČE NORMÁLNĚ
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=Q4s0ONMcNfs](https://www.youtube.com/watch?v=Q4s0ONMcNfs)
- DIABETES MELLITUS
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=U0QYhdHRUBU](https://www.youtube.com/watch?v=U0QYhdHRUBU)



- **Struma** - výrazné zvětšení objemu štítné žlázy, která se stává viditelnou.
- **Dyslálie** – vadná výslovnost jedné či více hlásek.
- **Breptavost** – narušení plynulosti mluvení, extrémně zrychlené tempo řeči.
- **Koktavost** (zadrhávání) – porucha plynulosti mluvního projevu způsobená křečemi svalstva dechového, hlasového, artikulačního a diskoordinaci jejich činnosti při mluvení.
- **Afázie** – ztráta již naučených schopností dorozumívat se řečí mluvenou, psanou, čtenou, příčinou je ložiskové poškození mozku
- **Astma** – kašel, svíravý pocit na prsou, hlasité dýchání, sípot, silný záchvat – rychlé, povrchní dýchání, zrychlený puls, panika, neklid



- PLANÉ NEŠTOVICE – SVĚDIVÁ VYRÁŽKA, ZPOČÁTKU MALÉ ČERVENÉ TEČKY, POZDĚJI PUCHÝŘE NAPLNĚNÉ TEKUTINOU, KTERÉ PRASKAJÍ A POKRÝVAJÍ SE STRUPY
- ZARDĚNKY (RUBEOLA) – ZDUŘELÉ UZLINY, VYRÁŽKA (ČERVENÉ NEBO RŮŽOVÉ TEČKY NEBO SKVRNY), BOLESTI V KLOUBECH
- PŘÍUŠNICE – ZVÝŠENÁ TEPLOTA, NECHUTENSTVÍ, ÚNAVA, ZVĚTŠENÉ KRČNÍ UZLINY A ZDUŘELÉ SLINNÉ ŽLÁZY POD UCHEM BLÍZKO ČELISTI NA JEDNÉ NEBO OBOU STRANÁCH
- SPALNIČKY – HOREČKA, PŘÍZNAKY PODOBNÉ NACHLAZENÍ, ZDUŘELÉ UZLINY, ČERVENÉ OČI, PUPÍNKY PO CELÉM TĚLE SE SLÉVAJÍ VE VELKÉ SKVRNY
- SPÁLA – ČERVENÁ SLIZNICE, BOLEST V KRKU, BÍLÝ POVLAH NA MANDLÍCH, OTEKLÉ KRČNÍ UZLINY, ČERVENÉ VYRÁŽKY
- ENTEROBIÓZA – PŮVODCE ROUP (BĚŽNÍ STŘEVNÍ CIZOPASNÍCI), BOLESTIVÉ SVĚDĚNÍ KOLEM ŘITNÍHO OTVORU



- Zánět mozkových blan (meningitida) – ztuhlost šíje, zvracení, vyrážka
  - <https://www.youtube.com/watch?v=R50cUOq7t1w>
- Zánět mozku (encefalitida) – přenáší komáři, klíšťata  
Klíšťová encefalitida neboli klíšťový zánět mozku je infekční virové onemocnění napadající nervový systém. U dětí má tendenci způsobovat spíše záněty mozkových obalů (meningitidu)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=iWCAA6YSLk4>
  - <https://www.ockovacentrum.cz/cz/klisťova-encefalitida>
- Borelióza
  - [https://www.google.cz/search?q=r%C5%AF%C5%BEa+onemocn%C4%9Bn%C3%AD&biw=1366&bih=613&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjopLDi9fDPAhUIBMAKHZv5B10Q\\_AUIBigB&dpr=1#tbn=isch&q=borelioza](https://www.google.cz/search?q=r%C5%AF%C5%BEa+onemocn%C4%9Bn%C3%AD&biw=1366&bih=613&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjopLDi9fDPAhUIBMAKHZv5B10Q_AUIBigB&dpr=1#tbn=isch&q=borelioza)
  - [www.borelioza.cz](http://www.borelioza.cz)



- **Epilepsie**

<https://www.youtube.com/watch?v=eZdWgkJQn60>

- **Dětský autismus**


<https://www.youtube.com/watch?v=PTPn98DRhII>

- **Svalová atrofie**

<https://www.youtube.com/watch?v=vF6lBnNoek0>



## VÝŽIVA U DĚTÍ

- Příjem energie za den je velmi stálý
  - Závislost na jednom druhu potravy může způsobit nerovnováhu v jídelníčku
  - Předškolní děti mají menší chuť k jídlu
  - Dítě by mělo jíst 5x denně, svačiny jsou velmi důležité
  - Při výběru potravin se řídíme dle potravinové pyramidy, vybíráme z následujících potravinových skupin (cereálie, ovoce, zelenina, maso, ryby, drůbež, vejčká, luštěniny, mléko a mléčné výrobky)
  - Omezeně by měla být konzumována sůl, sladkosti, neměla by chybět vláknina
- 

- NEOFOBIE CHRÁNÍ DÍTĚ PŘED MOŽNÝMI ŠKODLIVÝMI LÁTKAMI, JEDOVATÝMI ROSTLINAMI, ZKAŽENÝMI POTRAVINAMI, OBJEVUJÍ SE PŘI PODÁNÍ NEZVYKLE VYPADAJÍCÍHO POKRMU
- DÍTĚTI TRVÁ POMĚRNĚ DLOUHO NEŽ SE NAUČÍ VYPOVÍDAT O TOM, CO JEDLO.
- DĚTSKÁ STRAVA BY MĚLA OBSAHOVAT LIBOVÁ MASA (BÍLKOVINY, FE, ZN, VITAMÍNY B1, B2), RYBY (I, F, VIT. A, D), POLOTUČNÉ MLÉKO, NÍZKOTUČNÉ MLÉČNÉ VÝROBKY (CA), OBILNINY (VLÁKNINA, FE, CA, VIT. B1, B6), LUŠTĚNINY, OVOCE, ZELENINA.



- DĚTSKÁ STRAVA BY NEMĚLA OBSAHOVAT TUČNÁ A SMAŽENÁ JÍDLA, POTRAVINY S VYSOKÝM OBSAHEM ŽIVOČIŠNÝCH TUKŮ, UZENINY, DRÁŽDIVÁ KOŘENÍ, VYSOCE SLAZENÁ JÍDLA, LAHŮDKY OBSAHUJÍCÍ MAJONÉZU





# PORUCHY VÝŽIVY

- Závažné jsou obtíže, mající úzký vztah k dlouhodobým nevhodným nutričním návykům
- **Obezita** (nadměrný příjem potravy přesahující fyziologické potřeby organismů) / PPP
- Řada chorob, projevujících se v dospělosti, má svůj počátek v dětství (v ČR má nadváhu 9% dětí, obézních 6%, asi 80% jich zůstává obézní i v dospělosti)

