

Poradte sa s našimi odborníkmi!

Napište nám e-mail na redakcia@mamaaja.sk a pošlite svoju otázku do poradne pediatra, gynekológa, homeopata alebo psychológa.

výživy. Niektoré štúdie odporúčajú vypiť denne 1/2 l mlieka v rôznej podobe, iné mlieko vôbec neodporúčajú konzumovať. Treba ísť zlatou strednou cestou. Deti, ktoré pijú veľa mlieka, sú naozaj podľa určitej štúdie vyššie cca o 1 cm. Podľa môjho názoru k tomu určite prispieva aj výživa samotných kráv, ktorým, bohužiaľ, podávajú okrem samotnej stravy aj nemalé množstvo tzv. „zmesky“, ktorá obsahuje rastové, hormonálne, antibiotické aditíva pre lepšiu dojnúť, rast, zdravie samotných kráv atď. To isté sa robí s hydinou, stačí sa zamyslieť, ako je možné, že kura narastie za 6 týždňov na „dospelú“ kurča, ktoré kúpime v obchode. Kuriatku, ktoré pobeheje niekde po dvore a dostáva len zrno a mleté obilie, trvá oveľa dlhšie, kým vyrastie. Práve toto poznanie ovplyvňuje najmä rast a výšku detí, to je aj hlavný dôvod zamyslenia sa nad kvalitnou stravou ako základom zdravia.

? Kedy je čas na ortopéda?

Ako to je s plochými nohami u 3-ročných detí? Myslim si, že môj syn asi bude mať ploché nohy, ale teraz v lete často beháva bosý, po tráve, kameňoch... Je šanca, že sa mu klenba nohy „sama opraví“? Topánky mu kupujem iba v protetickej predajni, tie taktiež pomáhajú k udržaniu správnej klenby, resp. kedy je čas pýtať sa na ortopedické vyšetrenie?

Najčastejšie sa riešia problémy s plochými nohami práve v 3. roku pri preventívnej poradni. Správnym výberom topánok a správnym chodením po nerovnom teréne určite maximálne prispejeme k prevencii plochých nôh, ale niekedy to proste nestačí a napriek všetkému máme tento problém. Vtedy sa dieťa jednoducho odošle k detskému ortopédovi, ktorý posúdi klenbu, zmeria nohu a dá vyrobiť špeciálnu vložku do topánky, ktorá zaručí, aby dieťa malo nohu v prirodzenej a správnej polohe. Nosením takejto vložky sa klenba pekne upraví, noha si zvykne na postavenie v topánke a problém sa dokáže vyriešiť.

? Prečo sa očkujú len zdravé deti?

Prečo sa môžu očkovať iba zdravé deti? Mám prvé dieťa, s ktorým sa chystáme na očkovanie. Občas sa mi zdá, že má akoby soplík, tak by ma zaujímalo, čo by sa mohlo stať, ak nerozpoznám začínajúcu virózu a drobca napriek tomu nechám očkovať.

Pri očkovaní sa do tela dostáva očkovačacia látka, vakcína, ktorá obsahuje oslabené, mŕtve zárodky alebo čiastočky (napríklad obalov) danej choroby. Priamo chorobu nevyvolá, ale prinúti organizmus vytvoriť si protilátky, ktoré ho pred ňou v budúcnosti ochránia. Po očkovaní sa v tele začnú tvoriť protilátky a telo sa tým mierne oslabí, pretože sa venuje „tejto dôležitej činnosti“. Toto je hlavný dôvod, prečo má byť dieťa zdravé v čase očkovania, aby nebolo oslabené už pred podaním očkovacej látky. Pediatier sa vždy opýta matky na prípadné subjektívne ťažkosti, ale následne dieťa riadne vyšetrí a až potom ho zaočkuje. Vždy sa s matkou porozpráva, a ak si matka nie je istá, prípadne argumentuje, tak sa nájde riešenie.



Poradňa homeopata

Na vaše otázky odpovedá
MUDr. Jana Mrázová,
pediatricka a homeopata

? Kolika alebo čosi viac?

Dojčim svojho 3-mesačného synčeka, avšak veľmi často sa budí a plače, ťažko zaspáva, kope, je veľmi nepokojný, mrví sa aj počas dojčenia. Keď ho chcem dať odgrnúť, je vystretý ako šíp. Spokojný je iba nosený na brušku. Nevieam, či je to kolika, alebo či nemá aj nejaké parazity (to mi povedal jeden liečiteľ). Prosím, čo mu pomôže?

Podľa toho, čo píšete, vaše dieťaťko trpí dojčenskými kolikami. Do úvahy prichádza viacero liekov, ktoré vyberáme podľa toho, akú úľavovú polohu dieťaťko vyhľadáva. Colocynthis 9 CH – dieťaťko priťahuje kolienka k brušku a k zlepšeniu dochádza v ľahu na brušku. Dioscorea villosa 9 CH – dieťa sa vystiera do záklonu ako „luk“. Lycopodium 9 CH – bruško je nafúknuté a odchod plynov neúľavuje kolike, dieťa trpí zápchou. Liek môžete podať tak, že 5 granúl vybraného lieku rozpustíte v 0,5 dcl vody a podáte 1 kávovú lyžičku roztoku pred každým kŕmením. Každé ráno treba pripraviť čerstvý roztok. Liečba koliky trvá 3 – 5 dní.

? Boj s komármi

Chcela by som sa opýtať na účinné homeopatikum pôsobiace proti komárom.

Na prevenciu proti komárom sa používa liek Ledum palustre 30 CH. Liek sa užíva v dávke 5 granúl 1x denne počas pobytu na miestach so zvýšeným výskytom hmyzu (napr. dovolenka pri vode a pod.).

? Zápcha po ATB

Môj 3-ročný syn užíval antibiotiká a teraz trpí zápchou spojenou s krvácaním pri stolici. Lekár povedal, že má podráždené črevo a treba zvýšiť príjem vlákniny a obmedziť sladkosti. Úpravu stravy som urobila, ale zlepšenie neprišlo. Je v homeopatikách nejaká vláknina alebo prípravok, ktorý by mu pomohol?

V homeopatických liekoch vláknina nie je. Na zápchu spôsobenú antibiotikami sa dobre osvedčil liek Thuya occidentalis 9 CH v dávke 5 granúl 2x denne. Po vymiznutí zápchy liek vysadíte.

? Zúfalá snažilka

Chcela by som otehotnieť, ale vôbec nemám menštruáciu. Mám za sebou niekoľko pokusov o IVF a teda aj veľké množstvo hormónov v organizme. Dočítala som sa o homeopatickom lieku Folliculinum v kombinácii s Luteinum. Viete mi, prosím, poradiť, či sú to vhodné homeopatiká a ako ich treba užívať?

Folliculinum a Luteinum sú homeopatické lieky, ktoré môžu byť súčasťou liečby neplodnosti, ale ich výber a dávkovanie je prísne individuálne. Odporúčam vám osobnú konzultáciu u lekára homeopata, pretože liečba neplodnosti vyžaduje komplexný prístup.

