



Poradňa psychológa

Na vaše otázky odpovedá
prof. PhDr. Ivan Štúr, CSoc.

? Kde slová nestačia...

Pán profesor, ako by som mala deťom oznámiť smrť v rodine? Každým dňom čakáme smutnú správu, odíde naša babička, deti ju majú veľmi rady... Obávam sa tých chvíľ, neviem, aké slová zvoliť.

Je to tá najťažšia úloha. Dospelý, sám zranený, má zraniť dieťa, narušiť mu jeho citovú istotu. Nedá sa však tomu vyhnúť, bolo by najhoršie nepovedať, tajiť a dieťa by i tak vycitilo, že sa niečo deje a že ho vylúčili z rodinnej spoločnosti. Malo by svoj smútok prežiť spolu s ostatnými a z postojov dospelých okolo neho čerpať životnú múdrosť. Až okolo ôsmeho roku dieťa porozumie nenávratnosti ľudských odchodov, ale len oveľa neskôr pochopí tajomstvo vzniku a zániku, ktorému sme vystavení. Tú filozofickú stránku smutnej situácie mu sprostredkujeme my, svojím správaním, ako keby sme mu naznačovali, že sme síce smutní, ale vedomí si nevyhnutného. Treba ďalej žiť s vedomím, že najväčšia úcta k mŕtvym znamená milovať živých. Najviac to platí, keď odchádza niekto už vo vyššom veku, najťažšie sú nečakané odchody mladších. Odchod babičky znamená pre všetkých podriať sa večnému kolobehu striedania generácií. Prečo to tak musí byť, pýta sa vnuk a dostáva sa mu odpoveď v otázke, či by chcel stále chodiť do prvej triedy. Oveľa ťažší problém rieši otec pri odchode mladej matky. Ako to len mám deťom povedať, že už nikdy nepríde? Nuž, práve tými jednoduchými slovami, pričom z výrazu jeho tváre by mali deti vycítiť, že prežijeme aj to najťažšie. A potom sa dedo pýta, čo mám povedať vnúčikovi, keď sa pýta, kde je teda mama, tu v hrobe alebo v nebičku? A tak uvažujeme so starnúcim mužom, ktorému zomrela dcéra, že najpriateľnejšie je predsa len povedať, že mama je v nás. Je v tom viac pravdy než sa zdá. Človek je vlastne všetkým tým, čo prežil a tými všetkými ľuďmi, s ktorými prešiel kus svojej životnej cesty. Ešte tretia generácia sa teší srdečnému vzťahu, ktorý sa naučili od dávnych prarodičov. Čas zahojí bolesť odchodov, ale ponecháva prežitú lásku. Strata súrodca je azda najťažším zážitkom pre dieťa, rovnako ako pre rodičov. Prázdno treba niečím zaplniť a nemožno zazlievať, hoci sa aj niektorí pohoršovali, že si istí zranení rodičia prirýchlo privolali nové dieťa a synovi nového súrodca. Iná bola reakcia matky, ktorá doma postavila stratenému synčekovi oltár, pri ktorom denne žiaľila. Ten živý, ktorý jej zostal, žil v tieni mŕtveho brata. Hoci všetko, čo raz vzniklo, musí niekedy odísť, život má právo víťaziť.

Otázku, ako to mám povedať dieťaťu, že sa otec alebo sestrička už nikdy nevrátia, by sa dalo preštylizovať, ako sa mám vyrovnáť ja sám, dospelý, s nevyhnutnou tragédiou? Ved' to, akým tónom sa budem s dieťaťom rozprávať, ako sa budem správať a aký ďalší život mu zabezpečím, závisí od toho, ako pochopím to večné striedanie prichodov a odchodov ľudských bytostí. Je tu aj problém pohrebu, či máme deti zobrať so sebou. Priveľmi malé asi nie a neskôr závisí od citlivosti toho ktorého dieťaťa. Na pohrebe neboli, ale karu sa zúčastnili, kde už atmosféra bola zase normálnejšia. Niektorému dieťaťu nečakane odíde jediný blízky človek, ktorý mu rozumel a vedel ho pochopiť. Potom treba prekonať pretrvávajúci smútok, azda najlepšie novými vzťahmi a zaujímavou činnosťou. Tak sa chodilo to dobré dievča hrať s osirelou sestričkou, tak zaplnila kamarátka zomrelej mamy prázdno jej detí. Pravdu mal spisovateľ Steinbeck, že človek nedospeje, keď prekoná pubertu, ale až vtedy, keď mu niekto blízky zomrie.



Poradňa pediatra

Radi **MUDr. Andrea Hervayová**
z ambulancie pre deti a dorast
MEDPED v Senci

? Chorí z cestovania?

Náš problém sa objavil po dlhšej ceste autobusom, vodič veľmi klimatizoval a niektorí spolucestujúci pokašliavali. Takmer do 48 hodín od vystúpenia z autobusu sme celá rodina ochoreli, manžel, ja aj syn (3 roky). Všetci sme mali vysokú teplotu, nádchu i kašeľ. Dokedy by mal kašeľ ustať a kedy je čas navštíviť so synom detského lekára? Do jedálnečka som zaradila domáci cibuľový sirup, je podľa vás pre vhodný pre 3-ročné dieťa?

Klimatizácia je veľmi zradná vec, ak sa nečistí a nedezinfikuje pravidelne, môže spôsobiť šírenie infekcie rôznymi vírusmi a baktériami, ktoré sa držia v klimatizačnom zariadení. Zrejme ste sa nakazili hlavne vďaka klimatizácii. Vírusové infekcie majú ľahší priebeh, pár dní teplota, suchý kašeľ, ktorý sa postupne mení na vlhký aj vďaka mukolytickým liekom, a vo vašom prípade aj cibuľovým sirupom. Cibuľový sirup, pokiaľ dieťa vypije bez nátlaku, je výborná vec, na kašeľ pôsobí naozaj upokojujúco. Ak vidíte výrazné zlepšenie a máte sa lepšie, ľahšie vykašliavate, ste na dobrej ceste. Naopak, ak trvá teplota, prípadne sa vráti alebo kolíše, vtedy telo bojuje, kašeľ sa nemení na vlhký, celkový stav sa naťahuje, tak neváhajte kontaktovať vášho lekára, aby urobil krvné testy a aby vás popočúval. Vtedy ide takmer určite o baktériový zápal vyžadujúci antibiotiká.

? Škôlka a lekárske potvrdenie?

Náš 3-ročný syn by mal onedlho nastúpiť do škôlky. Vyžaduje sa vraj lekárske potvrdenie. Absolvuje v tejto súvislosti aj nejakú prehliadku, lekárske vyšetrenie, alebo pôjde iba čisto administratívnu záležitosť? Existuje možnosť, že pediater nástup do škôlky neodporučí?

Nástup do škôlky vyžaduje lekárske vyšetrenie v rámci zdravotného stavu, aby dieťa bolo zdravé pri nástupe do škôlky. Dieťa sa prezrie v ambulancii a vystaví sa potvrdenie k nástupu do kolektívneho zariadenia. Komplexné vyšetrenie sa robí vždy v 3. roku pri preventívnej prehliadke. Pri nástupe do škôlky ide naozaj len o to, aby dieťa nebolo akútne choré. Hrozilo by totiž riziko šírenia nákazy v škôlke. Ak lekár vyjadrí nejakú pochybnosť o zdravotnom stave, samozrejme, má právo nepotvrdiť tzv. bezinfekčnosť.

? Ako sa vyhnúť laryngitíde?

Minulý rok mala dcéra laryngitídu, s ktorou sme skončili v nemocnici. Teraz prechladla a hneď jej to sadlo na hlasivky. Naša lekárka hovorí, že laryngitídy sú najčastejšie vírusové ochorenia a dcéra antibiotiká nepotrebuje. Čo všetko by som mala urobiť, aby sme opäť neskončili v nemocnici?

Laryngitída je náhle opuchnutie hrtana. Ochorenie sa začína pozvoľna príznakmi infekcie horných dýchacích ciest s horúčkou alebo bez horúčky. Často si rodičia začiatok ochorenia ani nevšimnú. Asi 75 % ochorení sa prejaví v noci náhle vzniknutým suchým dráždivým kašľom (štekavým), zachrípnutím, chraptom alebo chýbaním hlasu, výtokom z nosa, škriabaním v krku.