

(NIE) PRZYJACIEL SMOCZEK

Można kupić taki z motylkiem, kwiatkiem, namalowanym, słodkim zwierzątkiem lub śmiesznym napisem. Może być duży, może być mały, może być w paski, może być w kropki. Może być „usypiaczem”, „pocieszaczem” lub „wyciszaczem”. Tak, tak mowa tu o smoczku. Najlepszym przyjacielem dzieci i... rodziców, oczywiście. Z jednej strony smoczek jest dobrym pomocnikiem, bo uspokoi, pomoże zasnąć. Idealnie sprawdzi się w sklepie, kościele, podróży. Jest to pewnego rodzaju „wyłącznik” malucha. Ale czy to co jest wygodne dla dorosłych w dłuższej perspektywie jest też dobre dla dziecka?

Jak na ssaka przystało...

Niemowlęta mają naturalną potrzebę ssania, która towarzyszy im od urodzenia. Zdaniem naukowców jest to jeden z najsilniejszych odruchów bezwarunkowych decydujących o przeżyciu noworodka, rozwijający się już w brzuchu mamy. Wystąpienie go jest niezbędne, aby maluch nauczył się przyjmować pokarm przez pierwsze miesiące swojego życia. Czasem potrzeba ssania jest tak mocna, że dziecko będzie szukało zaspokojenia i zacznie ssać kciuk. Wtedy bez smoczka się nie obejdziemy – trzeba wybrać mniejsze zło. Jednak każdy rodzic musi wiedzieć kiedy zdecydowanie trzeba się z nim pożegnać.

Dlaczego nie...?

Około 6 – 7 m.ż. odruch ssania przekształca się i integruje z innymi odruchami tak, aby dziecko mogło już nie tylko ssać, ale przygotować się do kolejnego – gryzienia i żucia. W 12 m. ż. odruch ten zanika, jako naturalny etap rozwoju, więc nie należy sztucznie przedłużać go. W tym czasie pojawiają się pierwsze ząbki, zmienia się ułożenie warg, języka oraz powoli zaczyna przekształcać się typ połykania – z niemowlęcego na dorosły, polegający na podnoszeniu masy języka ku podniebieniu. „Zalegający” w jamie ustnej smoczek hamuje wykształcenie tej umiejętności. Utrudnione jest także połykanie zalegającej pod masą języka śliny, co prowadzi do nadmiernego ślinienia się. A od utrwalonego niemowlęcego typu połykania do seplenienia międzyzębowego droga jest niewielka (w 80% wywiadów przeprowadzonych z rodzicami dzieci, u których zdiagnozowano tę wadę wymowy potwierdza, iż dziecko bardzo długo korzystało ze smoczka bądź butelki.) Dzieci, które długotrwale ssą smoczek lub kciuk, narażone są także na wady zgryzu oraz deformacje podniebienia. Co więcej – dziecko, którego buzia jest nieustannie zakorkowana (tak, dla mnie smoczek jest niczym innym jak korkiem, zatykającym małą buzię) niechętnie komunikuje się z otoczeniem. No bo jak maluch będzie gaworzyć, radośnie się śmiać, bawić się swoim głosem i ćwiczyć artykulatory, gdy w jego ustach znajduje się knebel?

Odsmoczenie, czyli dziecięcy odwyk

My – dorośli musimy uzmysłwić sobie jedno – ssanie smoczka jest jak nałóg. Warto wyprzedzić moment uzależnienia i maksymalnie w 12 m.ż. „odsmoczkować” dziecko kierując się zasadą „coś za coś”. Jeśli dziecko jest już bardzo zżyte ze smoczkiem, nie

odstawiajcie go z dnia na dzień, a raczej eliminujcie stopniowo. Na początek zrezygnujcie z pomocy smoczka w dzień. Proponujcie w zamian kolorowe gryzaczki o ciekawych fakturach, postawcie przed malcem zabawki dźwiękowe, ruchome – z pewnością go zainteresują. Albo też stopniowo zmniejszajcie komfort ssania przez obcinanie smoczka – codziennie po 2 milimetry. Zastanówcie się, w jakich sytuacjach dziecko ssie smoczek najczęściej. Jeśli przed zaśnięciem – zastąpcie smoczek jakimś rytuałem. Może wystarczy położyć się obok malca, zanucić kołysankę i czule pogłaskać? Albo kupić bezpieczną (niefutrzaną), miękką przytulankę, która zawsze będzie towarzyszyła niemowlęciu przy zasypianiu? Jeżeli smoczek do tej pory kołczy, trzeba dziecku pokazać, że nie ma lepszej rady na smutek niż czułość i bliskość rodziców. Mama czy tata w roli pocieszyciela sprawdzą się lepiej niż kawałek sylikonu. Ta świadomość przyda się dziecku także w przyszłości. Najtrudniej będzie zrezygnować z pomocy smoczka wieczorem, przy zasypianiu, ale i to może się udać. Warto zredukować w tym czasie niemowlęce drzemki i kłaść dziecko spać tylko raz w ciągu dnia (nie za późno). Zmęczenie, kojący rytuał i czułość rodziców pomoże niemowlęciu spokojnie zasnąć. I jeszcze jeden sposób – ze starszym dzieckiem możemy wysłać smoczek na wakacje. Oczywiście zapakowanie go, adresowanie pudełka, naklejanie znaczka powinno się odbyć rzeczywiście. Najlepiej, aby dziecko wraz z opiekunem poszło się na pocztę i samodzielnie go wysłało! Jeżeli smoczków jest więcej wszystkie muszą udać się na zasłużony odpoczynek.

Na zakończenie

Podsumowując. Rodzice i inni bliscy towarzysze naszych małych skarbów – żeby zostać znanym, dobrym malarzem, najpierw trzeba zapoznać się z pędzlami, farbami, a potem spędzić wiele czasu malując. Aby zostać świetnym kolarzem, oprócz posiadania roweru, trzeba jeszcze na nim najpierw nauczyć się jeździć, a następnie jeździć i trenować – im wcześniej się zaczyna, tym większe szanse na dobre rezultaty, im mniej osób i rzeczy przeszkadza, tym lepiej. Analogicznie jest z mową.