

mommy

ΑΠΡΙΛΙΟΣ
2011
ΤΕΥΧΟΣ 189
€ 5,90

το παιδί μου κι

25 ΕΞΥΓΝΑ
TIPS
για οικονομία
χωρίς στερήσεις

ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ
ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ
ΤΙΣ ΠΡΟΛΑΒΟΥΜΕ

ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ
Μεγαλώνοντας
παιδιά που δεν
έχουν στρες

ΤΑ ΜΥΣΤΙΚΑ
ΤΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ
ΓΙΑ ΝΑ ΒΓΑΛΕΙ
ΤΗΝ **πάντα**

Άνοιξη!
Τα ωραιότερα
* πασχαλινά
* ρούχα
* αξεσουάρ

ΔΙΑΖΥΓΙΟ
Ο σωστός
τρόπος για να
προετοιμάσετε
το παιδί

WONDER MOMMY
ΕΥΑ ΧΕΡΤΖΙΚΟΒΑ

“Είμαι μια
παραδοσιακή μαμά”



ΦΑΚΕΛΟΣ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ * ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ * ΥΓΕΙΑ * ΜΟΔΑ * ΟΜΟΡΦΙΑ * FITNESS * ΔΙΑΤΡΟΦΗ



28

Cover story

28. ΤΟ ΔΙΑΣΗΜΟ ΣΟΥΠΕΡ ΜΟΝΤΕΛ ΕΥΑ ΧΕΡΤΖΙΚΟΒΑ μιλάει για τους δύο γιους της και τη σπουδαιότητα της μητρότητας στη ζωή της.

Για το παιδί

36. ΑΓΟΡΑ Τα πιο όμορφα ρούχα της νέας σεζόν.

44. ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ Μπορούμε να τις προλάβουμε.

50. ΜΕΓΑΛΩΝΟΝΤΑΣ ΠΑΙΔΙΑ ΧΩΡΙΣ ΣΤΡΕΣ Ρίξτε τους οικογενειακούς ρυθμούς για να τα κάνετε ευτυχισμένα.

54. ΑΝΤΙΟ... ΠΑΝΑ! Μάθετε ποια είναι η κατάλληλη στιγμή για να ξεκινήσει το μικρό σας την εκπαίδευση για τη χρήση της τουαλέτας.

58. ΑΓΟΡΑ Happy Easter

62. Ο ΔΡΟΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΕΞΑΡΤΗΣΙΑ Καθορίστε τα όρια της ελευθερίας του παιδιού σας, για να γίνει ένας ισορροπημένος ενήλικος.

66. «ΠΟΝΑΕΙ Η ΚΟΙΛΙΑ ΜΟΥ» Πιθανές αιτίες και πώς να τις διακρίνετε.

70. ΜΟΔΑ Fashion trends

74. ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΣ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ Έχουν λίμπιντο τα παιδιά;

78. ΑΓΟΡΑ Πάμε βόλτα!

82. ΑΠΛΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΩΣΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Μάθετε να ψωνίζετε, να συντηρείτε και να μαγειρεύετε τα τρόφιμα με τον πιο υγιεινό τρόπο.

86. ΟΜΟΡΦΙΑ Aqua Baby



36



54



44



58

2011

Για τη μαμά

94. ΠΩΣ ΘΑ ΜΙΑΨΩ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ ΓΙΑ ΤΟ ΔΙΑΖΥΓΙΟ; Τρόποι προσέγγισης και πιθανές αντιδράσεις.

98. HOLLYWOOD MOMMY Πέντε λόγοι για τους οποίους μας αρέσει η Ρέιτσελ Βάις.

100. ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ Εξοικονομήστε χρήματα με μικρές αλλαγές στην καθημερινότητά σας.

104. ΚΑΦΕΪΝΗ: Λιποδιάλυση με το πιο δραστικό συστατικό.

108. ΟΜΟΡΦΙΑ Μητέρα φύση.

110. Η ΑΛΚΗΣΤΙΣ ΠΡΙΝΟΥ μάς συμβουλεύει πώς θα απαλλαγούμε από το τοπικό πάχος και θα εξασφαλίσουμε τέλεια εμφάνιση.

Για την εγκυμοσύνη

116. ΤΙ ΝΑ ΠΕΡΙΜΕΝΕΤΕ ΑΜΕΣΩΣ ΜΕΤΑ ΤΗ ΓΕΝΝΑ Αλλαγές και συναισθήματα που φέρνει ο τοκετός.

120. Η ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΥΣΑ... Αλίσια Μιλάνο.

122. ΜΟΔΑ Me & my baby

124. ΜΕΣΕΓΧΥΜΑΤΙΚΑ ΒΛΑΣΤΙΚΑ ΚΥΤΤΑΡΑ ΟΜΦΑΛΙΟΥ ΛΩΡΟΥ: Επαναστατικές προοπτικές για την ανάπλαση ιστών και οργάνων.

128. ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΤΟ ΣΤΟΜΑΧΙ Απλά τρικ για άμεση ανακούφιση.

134. ΑΓΟΡΑ Διακοσμήστε το δωμάτιό του σε έντονους, ανοιξιάτικους τόνους.

Σε κάθε τεύχος

9. EDITORIAL

15. Α ΜΠΕ ΜΠΑ ΜΠΛΟΜ Νέες αφίσες σε σινεμά, παιχνίδι, design, εκδηλώσεις.

24. INFO Ειδήσεις και έρευνες για την εγκυμοσύνη και την υγεία και ανάπτυξη του παιδιού.

42. ECO KID Προτάσεις για έναν πιο «πράσινο» πλανήτη.

88. ΡΩΤΑ ΤΟΝ ΠΑΙΔΙΑΤΡΟ

112. ΡΩΤΑ ΤΟΝ ΨΥΧΟΛΟΓΟ

136. ΡΩΤΑ ΤΟ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟ

138. ΒΙΒΛΙΟ Νέες εκδόσεις για διαβασμένα παιδιά.

140. ΑΤΖΕΝΤΑ Όλα όσα μπορείτε να κάνετε με τα παιδιά σας τον ελεύθερο χρόνο σας.

146. CLUB Εκδηλώσεις και δώρα για τα μέλη του Club.

150. ΤΟ MOMMY ΣΤΟ ΜΕΓΑ

156. ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΑ Τι προβλέπουν τα ζώδια για εσάς και το μωρό σας.

158. ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ από την αγορά για μαμάδες και παιδιά.

161. ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΩΝ

162. P.S.

100



104



122

134



PHOTO
ΕΞΟΦΥΛΛΟΥ:
APEIRON

«Οι περιπέτειες του Σάμμου: Το μυστικό πέρασμα»

Από την πρώτη στιγμή της ζωής του, ο γλυκός και τρυφερός Σάμμου έρχεται αντιμέτωπος με τον κίνδυνο και πολύ σύντομα ανακαλύπτει ότι η ζωή δεν είναι ένας ωκεανός ηρεμίας και γαλήνης, αλλά έχει πολλές αναταραχές και εκπλήξεις. **Κυκλοφορεί σε DVD.**



Στα γρήγορα

Ποτέ άλλοτε το ζέσταμα του βρεφικού γάλακτος δεν ήταν τόσο εύκολο, γρήγορο και ασφαλές! Το πρώτο παγκοσμίως «αυτοθερμαινόμενο» μπιμπερό Yoomi ζεσταίνει το γάλα στην ιδανική, φυσική θερμοκρασία μητρικού γάλακτος (32-34° C), με το πάτημα ενός κουμπιού και σε μόλις 60 δευτερόλεπτα.

Alouette

4 σε 1

Πώς γίνεται ένα κοτοπουλάκι, ένα μανιτάρι, ένα κουνέλι και δύο παιδάκια να χωράνε μέσα σε ένα αυγό; Η απάντηση βρίσκεται στο ξύλινο αυγό που θα βρείτε στο «Γαϊτανάκι».



mommy

παιδί



44 Αλλεργίες
Πώς θα προλάβουμε
την εμφάνισή τους.



66 Υγεία
Τι μπορεί να συμβαίνει
όταν πονάει η κοιλιά του;



82 Διατροφή
Μυστικά υγιεινής
διατροφής για όλη την οικογένεια.



Μεγαλώνοντας παιδιά χωρίς στρες

Σχολείο, φροντιστήριο, κολυμβητήριο, χορός, Αγγλικά... Στις μέρες μας, με την ολοένα μεγαλύτερη πίεση που υφίστανται τα παιδιά, αυτό που έχουν ξεχάσει είναι να παραμείνουν απλώς παιδιά. Μήπως να ρίχναμε κάπως τους ρυθμούς μας οικογενειακά;

ΤΗΣ ΕΛΕΝΗΣ ΧΑΔΙΑΡΑΚΟΥ

ΜΙΑ ΦΟΡΑ ΚΙ ΕΝΑΝ ΚΑΙΡΟ, υπήρχε η οικογένεια που μαζευόταν κάθε μεσημέρι στο τραπέζι και αντάλλασσε τα νέα της ημέρας. Το απόγευμα, η μαμά καθόταν πλάι στα παιδιά, ενώ ο μπαμπάς διάβαζε την εφημερίδα του, μέχρι να έρθει η ώρα του δείπνου, ευκαιρία για μια δεύτερη οικογενειακή μάζωξη. Μήπως όλο αυτό σάς θυμίζει διαφημιστικό σποτ της δεκαετίας του '80; Δεν έχετε άδικο, κάπως έτσι είναι. Η σημερινή οικογένεια απέχει πολύ από την παραπάνω ιδανική εικόνα. Σήμερα, η οικογένεια τρώει πάντα χωριστά, η μαμά είναι συνήθως όρθια (και όρθια ταΐζει τα παιδιά), ο μπαμπάς λείπει στη δουλειά, δεν γυρνάει ποτέ πριν από τις 10 το βράδυ και, φυσικά, δεν έχει ποτέ χρόνο να διαβάσει εφημερίδα. Τα παιδιά κάθονται στο τραπέζι για να παίξουν Nintendo, ο οικογενειακός χρόνος σπαταλιέται στο αυτοκίνητο, όταν οι γονείς πηγαionoφέρουν τα παιδιά στο μπάλετο και στα Αγγλικά, στην επιμήκυνση του ωραρίου ή στη δεύτερη δουλειά, και γενικά στις ολοένα και περισσότερες υποχρεώσεις. Κάποια στιγμή φτάνει το Σαββατοκύριακο. Και τότε προσπαθούμε να στριμώξουμε δεκάδες άλλα πράγματα. Τα παιδικά πάρτι, ένα θέατρο -γιατί το παιδί πρέπει να μορφωθεί και πολιτιστικά-, οι κοινωνικές υποχρεώσεις! Έτσι, καταφέραμε και δημιουργήσαμε μια γενιά από κουρασμένα παιδιά. Παιδιά πιο ευαίσθητα, πιο πιεσμένα και λιγότερο χαρούμενα. Τα δικά μας παιδιά. Και φυσικά, μια γενιά με κουρασμένους γονείς. Εμάς!

Η οικογένεια «δεν έχουμε χρόνο για χάσιμο»

Το 2008, ο καναδός δημοσιογράφος Καρλ Ονορέ έγραψε ένα βιβλίο με τίτλο «In Praise of Slowness: How A Worldwide

Movement Is Challenging The Cult Of Speed» («Τιμώντας τη βραδύτητα: Πώς ένα παγκόσμιο κίνημα προκαλεί την κουλτούρα της ταχύτητας»). Το βιβλίο έγινε αμέσως best seller και χαρακτηρίστηκε ως η βίβλος της βραδύτητας, μιας που ο συγγραφέας μιλάει για το πώς ο σύγχρονος άνθρωπος οφείλει να ρίξει τους ρυθμούς προκειμένου να μάθει να απολαμβάνει. Μέσα στο βιβλίο, ο Ονορέ μάς διηγείται την ιστορία του μικρού Τζακ. Ο Τζακ έπαιζε ποδόσφαιρο, κρίκετ, έκανε μαθήματα κολύμβησης και τένις και έπαιρνε μέρος σε ένα θεατρικό εργαστήρι. Τα Σαββατοκύριακα, μαζί με τους γονείς του επισκεπτόταν γκαλερί και μουσεία και παρακολουθούσε συναυλίες κλασικής μουσικής. Η μαμά του Τζακ εξομολογήθηκε στον Ονορέ πως η ζωή της οικογένειας θύμιζε στρατιωτικά γυμνάσια. Κάθε δευτερόλεπτο έπρεπε να γίνει κάτι χρήσιμο για το παιδί τους. Κάποια στιγμή που ο Τζακ αποκοιμήθηκε στο γήπεδο του τένις, η μαμά του άρχισε να συνειδητοποιεί πως το παιδί της ήταν εξαντλημένο. Από τότε που του μείωσε τις δραστηριότητες, ένιωσε αμέσως πως ο Τζακ είχε αρχίσει να γίνεται πιο ευτυχισμένος. Τώρα είχε το χρόνο να παίξει στην αυλή με τους φίλους του, να αγκαλιάζει τη μαμά του και να παίζει ποδόσφαιρο με τον μπαμπά του. «Τα παιδιά είναι ευτυχισμένα όταν είναι απασχολημένα με δραστηριότητες που αγαπούν, αλλά η υπερβολική δραστηριότητα μπορεί να τα κάνει δυστυχισμένα», καταλήγει ο Ονορέ. Τα παιδιά, περισσότερο από οποιαδήποτε δραστηριότητα, χρειάζονται την οικογενειακή εστία. Δείτε το στον εαυτό σας. Οι πιο δυνατές μας μνήμες από το παρελθόν είναι αυτές που είχαν σχέση με την κουζίνα. Η μυρωδιά από το πασχαλινό τσουρέκι που έφτιαχνε η μαμά, οι στιγμές που μας έδειχνε η γιαγιά πώς καθαρίζονται τα φασολάκια, μια οικογενειακή

Ο δρόμος για την ανεξαρτησία

Δίνοντας στο παιδί απεριόριστη ελευθερία, μπορεί να γίνει ανεξέλεγκτο. Δίνοντάς του περιορισμένη, μπορεί να εξελιχθεί σε εξαρτημένο και ανασφαλές. Η ισορροπία είναι το «κλειδί» για να μεγαλώσουμε ένα αληθινά ανεξάρτητο παιδί.

ΤΗΣ **ΕΛΕΝΗΣ ΧΑΔΙΑΡΑΚΟΥ**

ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΟΝ ΠΛΑΝΗΤΗ

παρακολουθούν τα πιτσιρίκια τους να προσπαθούν να περπατήσουν πιασμένα από τα έπιπλα, να πιουν μόνο το γάλα από το ποτήρι, να δέσουν τα κορδόνια τους, να ντυθούν, να πέφτουν κάτω και να ξανασηκώνονται... Κάθε μέρα εκατομμύρια γονείς νιώθουν (ή ένιωσαν) ένα σφίξιμο στην καρδιά, όταν τα παιδιά τους εκδήλωσαν τις πρώτες επιθυμίες για ανεξαρτητοποίηση, τα είδαν να ανεβαίνουν στα δέντρα, να απομακρύνονται κολυμπώντας, να χάνονται μέσα στην παιδική χαρά... Ποιος γονιός δεν έχει νιώσει αυτή την ενδόμυχη ανασφάλεια, όταν για πρώτη φορά το παιδί του κοιμάται στο σπίτι ενός φίλου ή διασχίζει μόνο του το δρόμο; Το μόνο σίγουρο είναι πως όλα τα παιδιά κάποια στιγμή θα μεγαλώσουν και θα φύγουν από την προστατευμένη μας φωλίτσα. Αυτό, όμως, χρειάζεται δουλειά από πολύ νωρίς, μας λέει ο παιδοψυχοθεραπευτής δρ. Γκάελ Λίντφιλντ. Το να δείχνουμε στο παιδί μας την αγάπη μας και να προσπαθούμε να του διδάξουμε την εμπιστοσύνη δεν είναι αρκετά. Χρειάζεται οπωσδήποτε να το εκπαιδεύσουμε και πώς να γίνει ανεξάρτητο, μαθαίνοντάς του παράλληλα τα όριά του.

Ανεξαρτησία και υπευθυνότητα

Η αλήθεια είναι πως η ανεξαρτησία συνδέεται άμεσα με την υπευθυνότητα. Τα υπεύθυνα παιδιά συνεργάζονται με τους άλλους, ανεξάρτητα από την αντίδραση του ατόμου απέναντί τους ή την αποδοχή. Συνεργάζονται γιατί είναι περίεργα, για την ικανοποίηση ότι τελείωσαν μία δουλειά, για τη χαρά της μάθησης ή για να έχουν πρόσβαση σε κάποια σημαντική

δραστηριότητα ή πλεονέκτημα μέσα από αυτό που κάνουν. Τα υπεύθυνα παιδιά, που συνήθως δραστηριοποιούνται από εσωτερικά κίνητρα, δεν είναι ευάλωτα στην πίεση των συνομηλίκων, ούτε ερμηνεύουν την αποδοχή των άλλων ως κίνητρο. Έχουν εμπιστοσύνη στο ένστικτό τους και στην ικανότητά τους να φροντίσουν τον εαυτό τους, χωρίς να εκτεθούν σε κινδύνους. Μπορούν να κατανοήσουν και να εκφράσουν τις προσωπικές τους ανάγκες και πιστεύουν ότι μπορούν να επηρεάσουν και να ελέγξουν τη ζωή τους. Και βέβαια αυτό είναι και το πρώτο μάθημα ανεξαρτησίας.

Υπομονή: Η λέξη-κλειδί

Η υπομονή είναι η λέξη-κλειδί για την ανεξαρτησία του νηπίου, τόσο σε σχέση με εσάς όσο και με εκείνο. Όσες φορές και να προσπαθήσει να ανεβεί στην καρέκλα, άλλες τόσες θα πρέπει να προσπαθήσετε να το αφήσετε να το κάνει μόνο του. Σε αυτόν το δύσκολο κύκλο της επανάληψης, δοκιμάζονται ταυτόχρονα και η δική σας υπομονή, τα δικά σας όρια. Ίσως χρειαστεί να πείτε δεκάδες εκατοντάδες φορές «όχι», και τις αντίστοιχες να το ακούσετε και από αυτό. Το «όχι», άλλωστε, είναι η πιο συνηθισμένη και δημοφιλή λέξη στο λεξιλόγιο των νηπίων.

Δώστε του επιλογές

Αλλά όχι και πολλές. Όταν το ρωτάτε αν πεινάει, θα πρέπει ήδη να έχετε προαποφασίσει πως έχει να διαλέξει ανάμεσα σε δύο μόνο διαφορετικά πιάτα. Οι περισσότερες επιλογές μπορούν να το μπερδέψουν, αλλά και να το κάνουν να πιστεύει πως μπορεί να -σας- κάνει ό,τι θέλει.



ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΣΤΑΔΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΟΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

ΣΤΟΜΑΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ:

1ος χρόνος βρεφικής ηλικίας

Κατά τον πρώτο χρόνο ζωής του, το παιδί παίρνει ευχαρίστηση μόνο από τη στοματική δραστηριότητα, όπως είναι η επαφή με το στήθος της μητέρας του, το δάγκωμα και το πιπίλισμα.

ΠΡΩΚΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ:

1ος έως 3ος χρόνος ηλικίας

Το παιδί μεταξύ του 1ου και 3ου χρόνου της ηλικίας του διανύει το πρωκτικό στάδιο, που ονομάστηκε έτσι μετά από τη διαπίστωση ότι η άντληση ευχαρίστησης προέρχεται από την αφόδευση. Σε αυτό το στάδιο, το παιδί έρχεται αντιμέτωπο με μια σημαντική σύγκρουση που αφορά την εκπαίδευσή του σχετικά με την καθαριότητα και την υγιεινή. Η εκπαίδευση αυτή, όμως, του παιδιού, αν είναι πρόωγη ή έρθει καθυστερημένα, μπορεί να οδηγήσει σε καθήλωση σε αυτό το στάδιο, που με τη σειρά της πιθανότατα να συνεργήσει στη δημιουργία είτε μιας «πρωκτικής-επισκεπτικής προσωπικότητας», με κύρια χαρακτηριστικά τον καταναγκασμό για τάξη και καθαριότητα, είτε μιας «πρωκτικής-εξωθητικής προσωπικότητας», που συνήθως χαρακτηρίζεται από την αταξία, την ασυνέπεια και την αμελή συμπεριφορά.

ΦΑΛΛΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ:

3ος έως 5ος χρόνος ηλικίας

Το παιδί μεταξύ του 3ου και 5ου χρόνου της ηλικίας του αντλεί ικανοποίηση

και απόλαυση από την ενασχόληση με τα γεννητικά του όργανα. Σε αυτό το στάδιο, επίσης, έχουμε και την εμφάνιση του Οιδιπόδειου Συμπλέγματος, που συνίσταται στην επιθυμία του παιδιού για το γονιό του αντίθετου φύλου. Το παιδί παράλληλα εύχεται την εξαφάνιση του γονέα του ίδιου φύλου, ενώ ταυτόχρονα φοβάται την τιμωρία από αυτόν το γονιό. Η λύση της σύγκρουσης αυτής καταλήγει στην ταύτιση με το γονιό του ίδιου φύλου.

Από την ηλικία των 5 ετών έως τα 11 χρόνια τους περίπου, τα παιδιά δείχνουν ελάχιστο ενδιαφέρον για τα γεννητικά τους όργανα και η ικανοποίησή τους δεν προέρχεται από το σώμα τους αλλά από άλλες ασχολίες, όπως παιχνίδι, σχολείο, ομαδικότητα κ.ο.κ. Το παιδί, λοιπόν, κατά τη λανθάνουσα περίοδο εμφανίζει πολύ μικρή ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη και αναστολή των σεξουαλικών του παρορμήσεων, ενώ αναπτύσσει τις κοινωνικές του δεξιότητες. Μοιάζει, δηλαδή, η ψυχοσεξουαλική του ανάπτυξη να πηγαίνει στο παρασκήνιο για ένα εύλογο χρονικό διάστημα, δίνοντας έτσι χώρο στο παιδί να αναπτύξει και άλλες δραστηριότητες και να ασχοληθεί με την εξερεύνηση των δυνατοτήτων του και τη μελέτη και να προετοιμαστεί, βεβαίως, για την κατακλυσμένη από σεξουαλικές ορμές περίοδο της εφηβείας.

Η εκπαίδευση του παιδιού σχετικά με την καθαριότητα και την τουαλέτα αποδεικνύεται συχνά μια... δύσκολη υπόθεση. Έτσι, καμιά φορά χάνουμε την υπομονή μας και το μαλώνουμε. Πόσο κακό μπορεί να κάνει αυτό;

Η εκπαίδευση των παιδιών και γενικότερα η ανατροφή τους θέλουν πολύ υπομονή και κουράγιο. Καλό είναι να μη μαλώνουμε τα παιδιά μας για τέτοια ζητήματα, αλλά υπομονετικά να τους ξαναδείχνουμε τι είναι αυτό που πρέπει να μάθουν να κάνουν. Το πόσο κακό μπορεί να κάνει μια συμπεριφορά εξαρτάται από πολλούς παράγοντες κατά το μέγεθος του παιδιού. Ειδικά σε αυτό το στάδιο, πρέπει να είμαστε προετοιμασμένοι ότι το παιδί μπορεί να είναι «ανεπίδεκτο μαθήσεως», αφού προσπαθούμε να του μάθουμε να κάνει κάτι διαφορετικό από αυτό που του αρέσει, οπότε ίσως χρειαστούν πολλές παραπάνω από μία φορές για να τα καταφέρει τελικά.

Μπορεί η «ενασχόληση» του αγοριού με τον ποπό του να επηρεάσει τη διαμόρφωση του σεξουαλικού του προσανατολισμού;

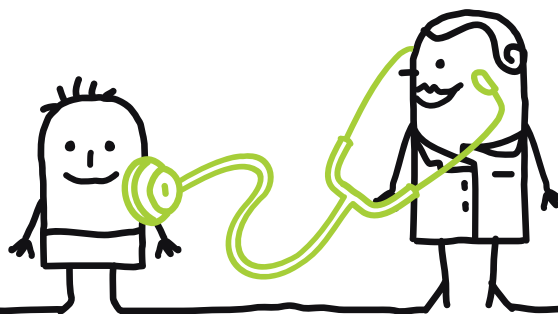
Ο σεξουαλικός προσανατολισμός δεν εξαρτάται από το από πού αντλεί απόλαυση το παιδί κατά την ψυχοσεξουαλική του ανάπτυξη. Το να διακόπτουμε βίαια την απόλαυση του παιδιού λόγω προσωπικών αναστολών και φόβων είναι πιθανότερο να δημιουργήσει διάφορα προβλήματα ψυχικού τύπου στο παιδί παρά να νιώσει ελεύθερο να απολαμβάνει.

Η κόρη μου θέλει να παντρευτεί τον... μπαμπά της! Είναι φυσιολογικό;

Οι γονείς συνήθως γελούν αμήχανα μπροστά στην... πρόταση γάμου από τα παιδιά τους και δεν ξέρουν τι να απαντήσουν. Κάποιοι προσπαθούν να εξηγήσουν στο παιδί ότι δεν μπορούν να παντρευτούν μαζί του, γιατί είναι ήδη παντρεμένοι με τον άλλο γονιό - στη συγκεκριμένη περίπτωση, τη μητέρα του κοριτσιού. Το παιδί, όμως, που ακόμα δεν καταλαβαίνει τα διακριτά όρια ανάμεσα στους ρόλους των μελών της οικογένειας και τι επιτρέπεται να γίνει στις σχέσεις τους, θα επιμένει πως με τον ίδιο τρόπο που ο μπαμπάς της παντρεύτηκε τη μαμά της, έτσι μπορεί να παντρευτεί κι εκείνη. Και πάντα θα βρίσκει κάπου να στείλει ή να «εξαφανίσει» τη μητέρα της για να είναι το «πεδίο δράσης» ελεύθερο. Είναι σημαντικό, λοιπόν, ο γονιός στον οποίο προβάλλεται η επιθυμία του παιδιού να του εξηγήσει τι μπορεί να γίνει και τι όχι. Με απλά λόγια, μπορεί να του πει: «Εγώ είμαι ο μπαμπάς σου, εσύ το παιδί μου, και οι μπαμπάδες δεν παντρεύονται με τα παιδιά τους».

Υπάρχει τρόπος να ενισχύσουμε τον ανδρισμό ενός αγοριού;

Το βέβαιο είναι πως δεν χρειάζεται να τον υπερτονίζουμε. Το να εξηγήσουμε σε ένα παιδί σε ποιο φύλο ανήκει και γιατί, όπως αντίστοιχα και τις διαφορές των φύλων, είναι δόκιμο και χρειάζεται. Αυτό, όμως, δεν σημαίνει σε καμία περίπτωση ότι πρέπει να του επιβάλλουμε συμπεριφορές, παιχνίδια και μοτίβα, με την προσδοκία να εδραιώσουμε ή και να αυξήσουμε τον ανδρισμό του. Ας μην ξεχνάμε πως τα παιδιά ακολουθούν και ταυτίζονται με τα πρότυπα των γονιών τους. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός δεν γνωρίζουμε ακόμα αν έχει γονιδιακή προδιάθεση ή αν αποτελεί ένα κράμα γονιδιακών καταγραφών και συμπεριφορών. Αυτό, όμως, που σίγουρα γνωρίζουμε είναι πως η πίεση, το άγχος, η υπερβολή και οι διαστρεβλωμένες πληροφορίες συνήθως έχουν αντίθετα από τα επιθυμητά αποτελέσματα, ενώ εμπνέουν στα παιδιά ένα δογματισμό, που ίσως και να αφαιρέσει υγιή στοιχεία από την προσωπικότητά τους. *m*



Ρώτα τον παιδίατρο

Όλα αυτά που θέλουμε να μάθουμε και ξεχνάμε να ρωτήσουμε.

Αλλεργία στη σκόνη

Η κόρη μου (δύο ετών) έχει αλλεργία στα ακάρεα και ο παιδίατρος μου εξήγησε ότι πρέπει να μην υπάρχει ίχνος σκόνης στο σπίτι. Τι ακριβώς πρέπει να κάνω για να είμαι σίγουρη;

Δεν είναι δυνατό να μην υπάρχει ίχνος σκόνης στο σπίτι. Φροντίστε για ένα σπίτι καθαρό, καλά αεριζόμενο και χωρίς εστίες υγρασίας. Ιδιαίτερα το δωμάτιο του παιδιού πρέπει να είναι λιτό, με λίγα έπιπλα και λίγα αντικείμενα-παιχνίδια εκτεθειμένα σε σκόνη. Τα παιχνίδια καλό είναι να φυλάσσονται σε μεγάλα κουτιά και το παιδί να χρησιμοποιεί κάθε φορά αυτό που θέλει. Εννοείται ότι σε ένα σπίτι που μένουν παιδιά το κάπνισμα απαγορεύεται αυστηρά.

Ώρα για εμβόλιο

Συνεχώς αναβάλλουμε ένα εμβόλιο που πρέπει να γίνει, γιατί το παιδί κολλάει ιώσεις στον παιδικό σταθμό. Μπορεί να το κάνει π.χ. εάν έχει συνάχι ή βήχα, ή πρέπει να είναι εντελώς καλά; Λίγος βήχας ή συνάχι δεν αποτελούν λόγο αναβολής του εμβολιασμού. Αν το παιδί σας δεν έχει πυρετό και είναι σε καλή γενική κατάσταση, μπορεί να εμβολιαστεί.

Έχει «κριθαράκι»;

Ο γιος μου βγάζει συνέχεια ένα σπυράκι μέσα στο μάτι (κάτω από το βλέφαρο, σαν κριθαράκι) που μαζεύει πύον. Ο γιατρός είπε ότι, αν δεν φύγει με την αντιβίωση, θα χρειαστεί να γίνει επέμβαση. Πού οφείλεται; Μπορεί να δημιουργηθεί ξανά μετά την επέμβαση;

Το φαρμακείο του σπιτιού

Τι πρέπει οπωσδήποτε να υπάρχει στο φαρμακείο ενός σπιτιού όπου μένουν παιδιά;

Είναι χρήσιμο το φαρμακείο ενός σπιτιού στο οποίο μένουν παιδιά να περιέχει τα εξής: θερμόμετρο, αντιπυρετικό σιρόπι, αμπούλες φυσιολογικού ορού, ένα αντισταμινικό σιρόπι, σκόνη για διάλυμα ηλεκτρολυτών για τη γαστρεντερίτιδα, αντισηπτικό διάλυμα, αποστειρωμένες γάζες, σύριγγες των 2,5 και 5 ml για τη χορήγηση των φαρμάκων, και το τηλέφωνο του κέντρου δηλητηριάσεων. Πριν από τη χορήγηση οποιουδήποτε φαρμάκου, μην ξεχνάτε να επικοινωνείτε με τον παιδίατρό σας.



Πιθανώς να οφείλεται σε τοπική φλεγμονή των αδένων των βλεφαρίδων ή σε κατακράτηση σμήγματος λόγω απόφραξης του απεκκριτικού σωληναρίου. Είναι σημαντικό η αντιβίωση να ξεκινήσει αμέσως,

γιατί -αν η φλεγμονή γίνει μεγάλη και δεν υποχωρεί- μπορεί να χρειαστεί χειρουργική επέμβαση. Να σημειωθεί ότι ενδέχεται να εμφανιστεί περισσότερες φορές από μία στη ζωή του παιδιού.

ΣΤΡΑΤΑ-ΣΤΡΑΤΟΥΛΑ

Ποια είναι η γνώμη σας για τη στράτα; Διευκολύνει τα παιδιά να μάθουν να περπατούν ή είναι επικίνδυνη;

Η στράτα ευθύνεται για την πλειοψηφία των ατυχημάτων, κυρίως λόγω πτώσης, σε παιδιά ηλικίας κάτω του έτους, και για το λόγο αυτό η χρήση της δεν συνιστάται. Σε πολλές μάλιστα χώρες, έχει απαγορευτεί. Επιπλέον, μπορεί να προκαλέσει λανθασμένο πρότυπο και να περπατά το παιδί σας στις μύτες των ποδιών του.

«Κόκκινα» μάτια

Διαπίστωση ότι, όταν η κόρη μου (4 ετών) τρώει σοκολάτα, η επιδερμίδα γύρω από τα μάτια της κοκκινίζει. Μπορεί να έχει αλλεργία;

Σε παιδί τεσσάρων ετών που παρουσιάζει μόνο κοκκίνισμα του δέρματος γύρω από τα μάτια, η πιθανότητα για ύπαρξη τροφικής αλλεργίας είναι ελάχιστη. Καλό θα ήταν να το συζητήσετε με τον παιδίατρό σας και, αν εκείνος το κρίνει απαραίτητο, θα σας παραπέμψει σε ειδικό παιδοαλλεργιολογικό ιατρείο, όπου θα γίνει ο κατάλληλος έλεγχος.

ΜΕ ΤΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΤΗΣ ΜΑΡΙΑΣ ΤΡΙΓΚΑ (ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ-ΠΑΙΔΟΑΛΛΕΡΓΙΟΛΟΓΟΣ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΠΑΤΡΩΝ) ΚΑΙ ΤΗΣ ΙΩΑΝΝΑΣ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ (ΕΙΔΙΚΕΥΟΜΕΝΗ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΠΑΤΡΩΝ).