

O raznih zasnovah, ustrojih, pripravljenostih in dovzetnostih otrokovega telesa

Dr. Marij Avčič

I. UVOD

Ko se lotevamo življenjsko nadvse važnega vprašanja o tako imenovanih konstitucijah, habitusih in diatezah, po naše bi rekli o zasnovah, ustrojih in pripravljenostih ali dovzetnostih, imamo pred seboj in okoli sebe obsežno zdravstveno področje. Poleg napak in nepravilnosti ter bolezni, ki temeljijo bodisi na »prirojenih« osnovah ali na »vrojenih« okvarah ali sploh na »dednih« temeljih, je tu še področje tako imenovanih rastnih likov otroških organizmov, področje, ki se v skrajnostih dotika že rastno razvojnih napak, nepravilne razvitosti, iznakaženosti, sploh pojavov, ki so že na meji med zdravjem in boleznijo.

Razumljivo je, da se pri dedovanju značilnosti v sleherni vrsti živih bitij in tudi pri človeku stvarjajo vedno nove in nove kombinacije dednih temeljev, ki so uzakonjeni in skriti v genih. Zato niti en človek ni povsem enak drugemu, čeprav seveda lahko pride včasih do presenetljive sličnosti.

Vse osebne in posebne lastnosti, ki jih zadobi naše telo in s tem vsa naša zunanost in dejavnost telesa na dednih osnovah, pa imenujemo konstitucijo. Konstitucija — po naše morda zasnova ali telesna zasnova — je torej skupek dednih telesnih lastnosti, ki jih ima neki posameznik.

Po starem pojmovanju naj bi »konstitucija« bila nekaj za vselej usodnega, nespremenljivega, stalnega. Vendar to ni tako, če izraz pojmuje sodobno in napredno. Tudi vse to, kar sloni na dednih osnovah, je namreč do neke meje spremenljivo na podlagi različnih vplivov okolja, ki se jim telo prilagodi, če hoče živeti in preživeti.

»Konstitucionalne« značilnosti se lahko javljajo v telesni gradbi in v tzv. habitusu, ki bi mu po naše lahko rekli ustroj ali telesni ustroj. Le-ta je podlaga za sestavo lika nekega posameznika in obenem tudi zrcalo za neka posebna dogajanja v organizmu, ki temeljijo na habitusu posameznika. V pojem konstitucije vključujemo torej tudi vse posebnosti presnovnih dogajanj, značilne za posameznika, nadalje vse načine, kako odgovarja in ukrepa na razne notranje in zunanje dražljaje v zdravju in bolezni, njegovo odpornost za najrazličnejše škodljivosti, ki lahko povzročijo bolezni v organizmu, nadalje odpornost proti utrujanju in izčrpanju pri telesnem in umskem delu, zatem njegovo sposobnost, ki temelji na zasnovanosti telesa za neko določeno opravilo in udeleževanje (telesne napore, umsko delo, posebne spretnosti in zmožnosti) itd.

Habitus je torej svojstvena, za vsakega posameznika značilna telesna ustrojenost, ki zlasti lahko vpliva tudi na razvoj raznih bolezni. Habitus nekega organizma je potemtakem spoj vseh stalnih in gibljivih stanj in okoliščin v telesu ter se v tem smislu uveljavlja in kaže že pri otroku.

Ker te okoliščine oziroma stanja niti pri dveh posameznikih niso popolnoma enaka, lahko pač govorimo o konstitucionalnih različikih. Če so pa ti vidneje izraženi, govorimo o konstitucionalnih nepravilnostih ali celo — boleznih. Včasih jih opazimo že zarana, ob rojstvu, včasih pa šele v razvojni dobi ali kasneje v življenju.

Telesne konstitucije, čeprav sicer normalne in docela vsakdanje, so lahko kaj različne. Nekateri so zasnovani kot visoki in suhi, drugi kot majhni in debeli,

nekateri kot drobceni in nežni, drugi zopet kot mišičasti in široki. Ni pa s tem rečeno, da človekov zunanji vndez kaže vse njegove konstitucionalne značilnosti in posebnosti.

Tudi ne smemo misliti, da je konstitucija otroka — nekaj, proti čemur bi se ne dalo nič ukreniti, da je enkrat za vselej določeno, nepopravljivo in nepre-drugačljivo, kar je zastavila priroda na dednih osnovah. Zaradi tega ne smemo prirojene telesne konstitucije, ki so jo vplivi okolja izoblikovali v svojstvenega posameznika in v njegov posebni habitus — imeti za temačno, nespremenljivo usodno in dokončno obliko.

Nasprotno! Konstitucionalne pomanjkljivosti lahko zboljšamo ali jih celo odstranimo, okrnele ali zmanjšane zmožnosti pa privedemo do dozoritve, jih s pravilnim usmerjanjem privedemo na pravo pot in tako preprečimo iztirjenje sicer zdravih dogajanj.

Če pojmuje mo telesno konstitucijo in habitus otroka tako, potem se prav gotovo in s pravico tudi ti pojmi uvrščajo med znanstveno osnovane in plemenite prvine, na katerih sloni človečanska zdravstvena prizadevnost nas vseh.

Poleg »konstitucij« in njihovih šibkosti in napak ter poleg »habitusov« imamo končno še tzv. *d i a t e z e o r g a n i z m a*. Vešč opazovalec jih bo opazil takoj ob rojstvu otroka ali pa bodo vidne našim očem kasneje, vedno pa dovolj zgodaj, da lahko — tudi proti njim kaj ukrenemo. Same po sebi »diateze« še niso — bolezen. Vendar pa se lahko vanjo sprevržejo, če učinkujejo na posameznika s posebnimi diatezami razni činitelji in le-ti v njegovem telesu proti tem pojavom sprožijo borbo v obliki dogajanj, imenovanih »bolezen«.

Izraz diateze pomeni pravzaprav le »stanje« ali tudi »dovzetnost«. Zato nekateri tudi rajši uporabljajo drugo tujko — »dispozicija«, po naše: pripravljeno ali nagnjenost.

Diateza do neke meje prav tako temelji na dednih osnovah in je s tem — del celotne zasnove organizma ter skupno s posebnim ustrojem omogoča, da se razvije posebna »diateza«. Eno gre torej iz drugega in je v tem krogu zdaj bolj naglašeno eno, zdaj drugo. In če je nepravilnost bolj zasnovana, potem govorimo o konstitucionalni nepravilnosti, če je bolj likovna in gradbena, potem govorimo o habitusni nepravilnosti, in če je bolj dovzetnostna in pripravljeno, tedaj pa o diatetični nepravilnosti ali bolešno ali bolezensko izraženi diatezi.

Slednjič pa naj poudarimo še, da je sleherni organizem lahko »dovzetan«, »pripravljen« ali »nagnjen« v pozitivnem ali negativnem smislu. Kak otrok, recimo, v še tako neugodnih okoliščinah ne dobi pljučnice, medtem ko se pri drugem pojavljajo ena za drugo, ker je otrok »dovzetan« ali »nagnjen« k temu, da odgovori na škodljivi vpliv iz okolja, n. pr. s pljučnico.

V nadaljnjih sestavkih pa nameravam podrobneje govoriti le o tistih habitusih in diatezah, ki so običajne in zlasti v začetkih bolezni važne za razumevanje zdravja in bolezenskih pojavov.

II. RAZNI HABITUSI PRI OTROCIH

Glede na lik, ki je vnanja podoba otrokovega notranjega ustroja in s tem del njegove dedno pogojene zasnove, ločimo — še v mejah normale — v glavnem sledeče štiri vrste otrok:

drobne in nerazvite otroke, velike in preveč razvite otroke (pri čemer »razvitost« ne pomeni spolne razvitosti ob zorenju ali predčasne spolne razvitosti, temveč le razvitost posameznih tkiv in organov glede na njihov obseg in kakovost)

potegnjene in sloke otroke ter končno še **široke in debele oziroma debele lušne otroke**.

Če bi vse te otroške like poimenovali s tujkami, bi se nam zdelo seveda morda bolj učeno (po vrstnem redu: hiposomija ali hipoplazija, hipersomija ali hiperplazija, leptosomija in evrisomija). Vendar pove domača beseda prav toliko ali še več, čeprav zveni preprosteje in manj učeno. Toda ko prisluhnemo njenemu zvenku, ji verjamemo in jo spoštujemo.

1. Drobni in nerazviti otroci

Otroci drobnega in nerazvitega lika so nežni in majhni, vendar imamo vtis, če jih gledamo, da je ta majhnost in drobnost — skladna in da so videti kakor somerno pomanjšani, pravilno razviti otroci. Nikakor torej niso drobni in nerazviti otroci pritlikavci, ker ni mogoče dognati pri njih ne motenj s strani žlez z notranjim izločanjem, ki vodijo in usmerjajo rast in razvoj telesa (možganski podvesek, golšna žleza, nadobistna žleza). Prav tako ne najdemo pri njih bistvenih presnovnih motenj, zlasti ne prekomernega in potratnega izločanja žlahtnih zidakov, iz katerih so sestavljene beljakovine, rudnine, žlahtne maščobe itd.), kar bi vse privedlo do tega, da bi se otrokovo telo razvilo pritlikavo in nepopolno.

Bistvo leži drugje. Dedno in razvojno je pogojeno, da otroci drobnega lika ne dosegajo običajnih mer. Teža in dolžina pa sta si med seboj skladni in vzporedno zaostajata za težo in dolžino normalno vzraslih otrok.

Starši po navadi želijo, da bi se pospešila rast in razvoj. Zaradi tega mislijo, da bi s pospešeno ali celo prekomerno hranitvijo pobudili močnejšo rast in bujnejšo razvitost. Vendar pa moramo vedeti, da je tudi prebavno-presnovna zmogljivost takih otrok razmeroma in skladno manjša, tako da lahko tako prizadevanje otroku bolj škoduje kakor pa koristi. Po navadi nam z ničimer ne uspe, da bi pobudili bohotnejšo rast in bolj košat razvoj. Včasih skušamo pobuditi rast in razvoj zlasti v dobi zorenja (pubertete) s tem, da dajemo razne hormonske pripravke, bodisi z vbrizganjem ali preko ust. Vedno pa skrbimo za izdatno in pravilno, zlasti beljakovinsko hrano, za zadostno telesno gibanje in počitek, da otroka tako po sodobnih načelih varujemo sleherne bolezni.

2. Veliki in preveč razviti otroci

To so pravzaprav pravo nasprotje otrok, ki smo jih pravkar opisovali. Njihova teža in dolžina sta čez mero veliki. Opažamo pravitako izrazito somernost med težo in višino ter popolno skladnost v oblikah in velikosti udov in drugih delov njihovega telesa.

V takih primerih gre za pravo, dedno pogojeno velikost in razvitost. Ti otroci se torej razlikujejo od »velikanov« in »dolginov«, zlasti takih, pri katerih je najti prekomerno delovanje možganskega podveska in njegovih hormonov:

Vendar opazujemo, da se prava, sorazmerna in dedno zasnovana velikost in dobra razvitost rada izrodi v razne delne in splošne prekomerne razvitosti, v prekomerno koščeno in prekomerno mišično ustrojenost.

Ker taki otroci že zarana hitro rastejo, ker sta včasih že njihova porodna teža in dolžina prekomerni, se jih prav rad prime rahitis, ki je — kot znano — izrazito »rastna« bolezen.

Veliki in močno razviti otroci po navadi zrastejo v velike in močno razvite ljudi. Vendar pa ne smemo misliti, da jih njihova velikost in moč že sami po sebi ščitita pred boleznijo ali drugimi zdravstvenimi nevspešnostmi.

3. Potegnjeni in sloki otroci

Pri takih otrocih opazamo zlasti neskladnost med rastjo v višino in povprečnim premerom telesa. Otroci so v resnici veliki in večji, kakor so njihovi vrstniki, še bolj pa se zdijo, ker so tenki in ozki, v nekem smislu resnično »potegnjeni«. Tak lik otroka vodi do jako opaznih in tudi močno izraženih nesomernosti in neskladnosti med težo in dolžino: teža zaostaja več ali manj za rastjo, se pravi, da je otrok lažji od tiste običajne teže, ki je primerna za neko določeno velikost.

Po navadi so sloki otroci tudi veliki. Ni pa to potrebno. Lahko so tudi drobni ali celo majhni — pri tem pa kažejo vendar glavno značilnost slokosti. To je nesorazmerno ozek povprečni premer glede na višino. Večinoma pa, kot smo že rekli, se nagibljejo sloki otroci k visokoraslosti, ki se prekomerno pojavlja zlasti v obdobjih, ko je rast že tako pospešena, n. pr. ob pričetku dobe zorenja. Zaradi takšne rasti se slej ko prej izoblikuje tako imenovana »slabotna vzrast«, ki se druži z vsemi znaki tzv. »neskladne rasti« v dobi zorenja s posebnim ustrojem v notranjosti telesa: s premajhnim srcem, premalo zmogljivimi pljuči in šibkimi drugimi notranjimi organi, s šibkim kostnim ogrodjem in nežnim mišičjem. S tujko imenujemo take otroke: astenične.

Celotno obeležje dajejo takim otrokom »slabotne vzrasti«, predvsem prsni koš in organi v njem. Prsni koš je dolg, ozek, rebra so podobna sploščenemu loku, presledki med njimi so veliki, zlasti v krivinah. Opazamo tudi, da je deseto rebro, ki se sicer pri drugih otrocih zrašča po hrustančastem podaljšku v prsnico, prosto in da nekako niha brez prave vloge. V prsnem košu najdemo razmeroma majhno srce, za celotno žilno povirje, ki pošilja kri po predolgih poteh — vse premajhno srce, ki je nekam dolgo in od lastne teže nekako povlečeno. Zato mu pravimo »kapljičasto srce«, ki je neredko tudi — ohlapnejše in manj jedro kot pri drugih rastihih likih, n. pr. pri mišičastem in atletskem. Zaradi tega tako srce hitreje bije, kot bije sicer večje srce pri otrocih drugih likov, in celo mora udarjati večkrat, da opravi isto delo. Opazamo tudi, da se »slabotni« otroci mnogokrat bolj potijo kakor drugi in drugačni.

Izraz obraza je nekam poseben. Po navadi je obraz dolg in ozek, oči so velike in svetle. Pogosto opazimo tudi premik toplotne krivulje navzgor, kar jako razburja starše takih otrok, saj navadno mislijo, da so otroci jetični ali kakorkoli drugače bolni. Srednja temperatura takih otrok skoraj nikdar ni pod 37,5° C, torej taka, kakor so tiste male in nevarne temperature, ki se jih starši tudi upravičeno bojijo, jih po nekajkrat na dan pišejo na listek in z njimi polni zaskrbljenosti prihajajo k zdravniku.

Tudi trebušne organe zasledimo pogosto v drugačni legi, kakor je prirodno. Po navadi so ti organi spuščeni. Že vzbokline prepone so slabo izražene, ker so jetra in želodec ter vranica za nekaj prstov niže kot sicer. Tudi ostenje votlih

organov v trebuhu je nekam slabo, togo, tako da je črevesje z opornjakom mahedravo pripeto.

Okostje je po navadi nežno in drobno. Pogosto vidimo, da ni tako kleno, kakor bi moralo biti, da je kar nekam trhlo, brez prave jedrosti, zaradi tega je tudi močno krhko.

Tudi mišičje je slabo razvito in ohlapno. Delovanje mišičja daje vtis šibkosti, utrudljivost mišičja je večja. Takemu mišičju je preveč že samo držanje telesa in glave v pokončni legi. Otroka utruja že stanje in sedenje, če traja dalj časa. Zaradi tega rado pride do napak in slabosti v držbi telesa: pojavijo se tzv. krilaste in štrleče lopatice, nadalje tzv. okrogli hrbet, zaradi slabosti mišic in veziva ob sklepih pa tudi spuščeno in plosko stopalo ter kolena, zvrnjena navznoter in usločena nazaj. Otrok se nam vidi kot prava, slabotna »reva«. Po navadi ga s temi in takimi izrazi zmerjajo njegovi srečnejši, močnejši, brezobzirnejši in surovejši vrstniki.

Tudi duševno zadržanje takih »slabotnih«, potegnjenih in slokih otrok je značilno in nekako ustreza njihovi nežni telesni gradbi. Med »asteničnimi« otroki je mnogo takih, ki so glede na razvoj in delovanje živčevja otroci tzv. »možganskega tipa«. Taki otroci kažejo že na zunaj posebno obliko lobanje: možganski del je večji od obraznega, glava je »velika«, kakor pravimo.

Če presojamo njihovo duševno razvitost, vidimo, da je že zarana višja kot pri vrstnikih, otroci so nekam »zrelejši« v odnosih do vsakdanjega življenja in v tem včasih skoraj starikavi, seveda če doraščajo v okolju, v katerem lahko svojo osebnost in svojo duševnost razvijajo nemoteno ali celo pospešeno. Vendar pa se pri takih izrazitih »možganskih« otrocih rade javljajo poleg splošne živčnosti tudi bolesterne živčne dovzetnosti in pripravljenosti s prvinami tzv. »nevropatične diateze«, o čemer še pozneje. Znake teh in takih nevšečnosti lahko opazujemo že v najnežnejših starostnih obdobjih.

Taki otroci so po navadi jako občutljivi, so čustveno nestalni, plašni, zaskrbljeni, jako temeljiti ali jako površni v svojih zasanjanostih in razmišljanjih, ki včasih privedejo do prave odmaknjenosti. Tudi so nesamozavestni in negotovi. Zdi se, kakor da bi bili nekam godnejši za duševna dogajanja, ki so ob robu duševnih bolezni. Starši imajo z njimi prav zaradi tega velike težave in skrbi. Vendar so po navadi vzgojilivi in dobri otroci, močno navezani na starše in dom ter na oporo v soljudeh, ob katerih se čutijo varne.

Važno je vedeti, da se taki otroci radi nagibajo k posebnemu načinu odgovarjanja na razne škodljivosti, ki ga imenujemo »možganski« ali »osrednji« način odgovarjanja. Vsako zastrupljenost bodisi z izločki kužnin, bodisi z neprebavljenimi presnovki, predvsem pa vsako vročico, zlasti okužbo spremljajo z »možganskimi« (osrednjimi) znaki, t. j. z močno splošno in duševno prizadetostjo, z bledenjem, z močno vzburjenostjo, bruhanjem, driskami, z lahno ali bolj trdim tilnikom itd., pogosto tudi s krči. Tudi je doba okrevanja po navadi daljša kot pri drugih otrocih. Razen tega so taki otroci po boleznih močno in dalj časa izčrpani.

Pri njih opazamo tudi neki pojav, ki ga imenujemo — nabiranje patoloških snovi v tkivu, rekli bi pritezanje škodljivih učinkov (anahoreza). Tkiva in organi, ki so v pestrejšem in zahtevnejšem delovanju, namreč pritezajo škodljivostne povzročitelje: živo kužnino ali strupe ter presnovke. Zaradi tega si lahko na ta način med takimi otroki razlagamo večje število bolezni možgan,

njihovih ovojev in živcev v obliki raznih vnetij in drugih prizadetosti ter večje število razsevnih oblik tuberkuloze.

Še nekaj je značilno za tzv. »slabotne« otroke. Po navadi so to tudi »lepi otroci«. In čudo prečudno! Marsikateremu zdravemu, jedremu in življenjskemu človeku se zdi »lepo« to, kar je nežno in nekam bolešno. Vsaj tako nas uči življenje med starši in otroki. Saj tudi so lepi! Oči so nekam globoko svetle, bleščeče, izrazite. Obraz je nežen, poteze so plemenite, nosek lep, izrazit, usta drobna in lepo oblikovana. Čelo je visoko, razumno, malo trmasto napeto. Lasje so nežni, skodrani. Telo je nežno, sloko, vedenje je prikupno in priljudno. Duševnost je pestra, iskra, z neštetimi prebliski duha in prelepimi globinami čustev.

Zaradi tega in pa zaradi prej omenjenega pritezanja škodljivih učinkov k osrednjemu živčevju, zaradi šibkega srca in neodpornega notranjega ustroja je kaj upravičena krilatica, ki jo srečujemo med našimi ljudmi: »da lep otrok nima srečne (zdravstvene) usode«. Kako pa je z lepimi, nežnimi, duševno jako razvitimi otroki kasneje, kako je kasneje z njihovo življenjsko srečo, z njihovo usodo, v to se tu ne bomo spuščali.

Nadaljnja značilnost visokih, potegnjenih, »slabotnih« otrok je, da so tudi v pravem pomenu besede: suhi. Ta suhost pa je za njih do neke meje prirodno stanje, kar si razlagamo z več ali manj povišano uporabo energije, če primerjamo take otroke z otroki drugih likov. Za »slabotne« otroke je po navadi značilno, da so »nestalni«, da se preveč gibljejo in udeležujejo, k čemur jih sili njihova duševna razgibanost. Povsod bi bili radi, vse jih zanima. Povsod imajo prste vmes, vsepovsod vtikajo glavo. Zato se jim v življenju kaj rado pripeti, da doživijo večje ali manjše nesreče, ki jih bolj ali manj prizadenejo ali celo onesposobijo. Poleg tega so pod vplivom lahko ali bolj povišane dejavnosti ščitne žleze (z notranjim izločanjem) in glede rasti pod večjim vplivom možganskega podveska. Imenovani dve žlezi skrbita, kot znano, za presnovno zgorevanje v telesu. Tako v otrokovem telesu zgorevajo tiste energije, ki bi se sicer kopičile v njem v obliki maščob in ogljikovih vodikov.

Poleg tega so »slabotni« otroci po navadi kaj slabi jedci. Zlasti je važno vedeti, da jih hrana ne »zanima«. Večji je pri njih duševni glad po udeleževanju in morda tudi po uveljavljanju kakor pa telesni glad po jedi in pijači. Ko pa jedo, storijo to po navadi »na dušek«, da bi prej končali in bi prej spet dobili dovolj časa za igro in čtivo, za razgovor ali udeleževanje, v katerem se radi izkazujejo in si želijo tudi priznanja. Pri hitri jedi požirajo zrak, ki z njim tako napihnejo želodec, da si že s tem nekako utešijo občutek gladu. Zrak iz želodca jim odide včasih po poteh, po katerih je prišel, mnogokrat pa gre v črevesje, preko tenkega v debelo in se tam nabere, tišči na želodec in dviga prepono, tako da je ves trebuh napet in napihnjen. Ker ne utegne iti na potrebo, ker za to »ni časa« in ker zaradi prevelike odmaknjenosti ter vsestranske zaposlenosti tudi »zamudijo« prvo tiščanje na blato, se kaj radi zapčejo in bolehalo za jako trdovratnim zaprtjem. Suhi in trdi čep blata, ki se nabere v danki, jih rani ob izhodu, kar jih močno boli. K tej nemarnosti se pridruži še strah pred bolečino. Pride do duševno pogojene lenivosti, do pomankanja teka, do vročine itd., kar je vse med seboj povezano in privede do nadaljnjih vzrokov za suhost otroka.

Drugi otroci so zopet drugačni. Kakor hitro kaj použijejo, že teko na stranjšče. Gibanje želodca, ki se javi takoj, kakor hitro pride vanj kaj hrane, sproži

po živčni poti tudi gibanje črevesja, ki se izprazni. Zaradi tega je treba razumeti tiste »slabotne« (in živčne) otroke, ki jih prične tiščati na potrebo, kakor hitro nesejo prve žličke v usta. Po navadi je taka nevšečnost v odrasli dobi združena s sličnimi pojavi: človeka zaboli pod žličko, če zve kaj neugodnega, če se ustraši ali nenadoma razveseli, mu v trebuhu zakruli, na stranišče mora ipd.

Vedeti morajo pa posebno tisti starši, ki otrokom namenoma in brez vzroka kratijo vodo, da potrebujejo »slabotni«, visokorasli in potegnjeni otroci mnogo tekočine. Če se sprehodiš po prirodi in opazuješ visokorasli in sočni les, vidiš, da tak raste tam, kjer je zemlja sočna — ob potokih, na osojnih straneh v dolinah. Na suhem, kjer je stiska za vodo, raste krivenčast dolgovek les. Slično je z otroki visoke rasti: mnogo izdihavajo vodenih hlapov, precej se potijo, malo jedo — v telesu se iz hrane stvarja malo vode. Zaradi tega jim ne smemo kratiti tekočine, seveda pa moramo najti pravo mero. Ker so taki otroci pod vplivom povečane dejavnosti možganskega podveska, je razumljivo, da zaradi tega potrebujejo in tudi izločajo več vode.

Navedene nevšečnosti mejijo tu pa tam skoraj na bolezni in razburjajo starše, tako da jim — v skrbeh ali že vsega siti — na ta ali oni način »strižejo peruti«. Zato pri takih otrocih vsekakor moramo uvesti čisto poseben red glede prehrane, splošne nege in vzgoje — kar vse ugodno vpliva na njihovo zdravje in počutje. S smotrno skladnostjo naše dejavnosti, zlasti pa s primernim urejanjem otrokovega okolja nam večkrat docela, večinoma pa skoraj povsem uspe, da »slabotnega« otroka približamo zdravemu — normalnemu.

Pri hranitvi ne smemo skušati, da bi s prevelikim prekoračenjem potreb po hrani dosegli debelitev. To namreč nam nikdar ne uspe. Dosežemo nasprotno, preobremenimo otrokove prebavne in presnovne zmožnosti in več ali manj močno pomotimo otrokov presnovni red. Prekoračimo prebavno zmogljivost in otroka, namesto da bi mu koristili, močno in za dalj časa oškodujemo.

Pri negi slabotnega otroka se moramo zavedati, da potrebuje otrok mnogo miru in počitka, zatišja in zmerne telesne nege. Poleti bivanje na prostem, kopanje, zmerno sončenje in izdatno počivanje po udejstvovanju na prostem. Ni slabo, če se slaboten otrok po kosilu malo uleže. Dobro je, da mu — izjemoma, tik pred spanjem, damo tzv. »krepilni obrok« hrane, ki sestoji iz 2–3 dl mleka z rumenjacom, kakaom ali čokolado ali pa iz mleka, ki vanj damo citroninega soka. Mnogi trdijo, da so pripravili take otroke k jedi tako, da so jih pred jedjo dali spat ali pa jih hranili spočite — po opoldanskem ali popoldanskem spančku. Zlasti pa je za take otroke jako važen zajtrk, ki naj bo »angleški«, seveda takšen, kot si ga predstavlja na celini živeč človek, ne pa kakršnega v resnici dobi povprečni otrok »na otokih«. To je: mleko, kava, jajce, sir, maslo, marmelada, dober kruh. Nikdar pa se ne sme odvijati glavna otrokova dejavnost na tešče, se pravi, le po zaužitju skodelici kave brez vsega, navsezgodaj.

Glede vzgoje »slabotnih«, dolgoraslih, potegnjenih in slokih otrok velja sledeče: ne smemo jih preveč obremenjevati s čimerkoli, zlasti pa ne smemo prezgodaj izrabljati njihovih posebnih ali izrednih zmožnosti, da bi na vsak način imeli kakršnega koli »čudežnega« otroka, kajti take čudežnosti niso trajne in so popularne le toliko časa, dokler je otrok — res otroški, majčken in ljubeč. Ne pomagajo ne kratka krilca, ne »mornarske« bluzice in pentlje v laseh — če je že otrok dolgin, pa naj igra klavir, violino ali orglice — ni več otrok. Ker nismo istočasno skrbeli za prave, življenjske zidake v njegovi osebnosti, več-

noma »čudežnost« mine, brž ko se pojavijo brki ali prvi znaki zorenja pri deklici. Potem je kaj žalostno sanjariti o prežgodaj suhem lovorovem vencu.

Bolj kot vsi doslej in poslej naštetih otroci raznih likov je lahko sloki, potegnjeni, visokorasli in »slabotni« otrok na meji zdravja in boleznih, na robu še prirodne izoblikovanosti in že na začetku izroditve. Skrajnosti tega lika prehajajo v dolgoudnost s tzv. pajkastimi prsti.

Glavna značilnost take »dolgoudnosti« so dolgi in jako ozki udje, tako nadlahti in podlahti, bedra in krače, pa tudi roke same, stopala ter prsti na rokah in nogah. Otrok je nekak bingljaček, če dočaka starost, pa neroden obešenjak, vitez bledega lica, nespreten pri vsakem gibu in usodno neroden pri vsem udejstvovanju. Če pade na suha tla, zaropota, če konča smučino s padcem, pravimo, da »pogrne«. Razum takih otrok pa je še v mejah normalnosti.

Če je stanje dolgoudnosti že bolezensko, se pojavijo še tzv. pajkasti prsti na rokah in na nogah. Ker okostje hitreje raste kakor mišičje in kite, se prej ali slej zgodi, da otrok v končnih ali srednjih členkih rok in nog ne more povsem iztegniti prstov in je videti, kakor da bi imel pajkovim nogam slične prste: dlan naj bi bila trup, prsti pa noge, takšne kakor pri »suhi južini«.

Močno izražena dolgoudnost in slokoudnost s pajkastimi prsti praviloma skorajda izključuje normalno bistrost in razum otroka. Pogosto se to stanje družijo tudi z drugimi razvojnimi in (dedno pogojenimi) napakami). Srečujemo pomanjkljive in slabo razvite vezi ob sklepah in med kostmi, kar omogoča prekomerno in bolezensko gibljivost v sklepih, stalne izvine in pogostne izpahe. Opazujemo tudi izredno slabo razvito mišičevje, ki je ohlapno in drobno. Tudi na lobanjah vidimo tu pa tam oblike, ki so že izraz izrojenosti — tako n. pr. zlasti »čolnasto« lobanjo, ki je dolga in od strani stisnjena kakor prekajen »polnjen želodec«. Razen tega zasledimo tudi prirojene srčne napake, napake v razvoju stopal, zlasti tzv. »konjsko stopalo« s prsti, iztegnjenimi proti tlom, dalje razne izpahe: v medeničnem sklepu in drugod. Pravtako je drža hrbtenice značilna: vidimo močno okrogel hrbet in zvitost v eno stran. Na očeh vidimo, da so vesila za lečo tako ohlapna, da le-ta niha kakor slabo pritrjena leča na žepni svetilki.

Pogosto zasledimo družinsko pojavljanje takih stanj, zlasti v manj izraženih stopnjah in oblikah. Če si napravimo rodovnik, vidimo, da se taka stanja dedujejo včasih prevladujoče, včasih podrejeno. Večinoma pa vidimo, da gre za družine skrajno dolgih in slokih ter slabotnih ljudi, v katerih je bilo v predhodnih rodovih mnogo otrok, in pa za družine, ki izhajajo s področij širšega krvnega sorodstva.

S tem bi bili nekako naznačeni glavni obrisi življenja in zdravja »slokih« in »slabotnih« otrok, ki so tudi pri nas kaj na gosto posejani med ljudstvom.

(Dalje prihodnjič)

NA NIZOZEMSKEM JE MNOGO BOLNIKOV S TRAKULJO

Na Holandskem povzroča trakulja zdravstvenim delavcem hude preglavice. Do 6 tisoč ljudi se mora vsako

leto zdraviti zaradi tega zajedavca. Kot vzrok za tako številne okužbe navajajo poplave rek Rena in Meuse. Živina, kar se je pase po travnikih, ki jih poplavljata ti dve reki, se namreč množično okužuje s tem zajedavcem. M. K.