

A ritmus egész életünket meghatározhatja

A kisgyermek életében nagyon fontos a zene, amellyel minél korábban érdemes megismerkedni, akár már a születés előtt. A zene és énekszó élménye jótékony hatással van a gyerekek fejlődésére.

MUNKATÁRSUNKTÓL

„Regina, Regina, barna szemű Regina, szervusz, Regina” – a foglalkozásvezető, Szabó Emese kedves énekszóval külön-külön köszöntötte a gyerekeket tegnap délelőtt a szegedi Százszorszép Gyermekházban. A Ringató néven ismert, a hároméves kor alatti csöppségeknek és a szüleiknek rendezett foglalkozáson a Kodály-módszert alkalmazták.

Emese klarinéton is megcsillogtatta tudását, az egyik gyermekdalt pedig furulyán kísérte. A gyerekek tátott szájjal figyelték.

„Csigabiga, gyere ki, ég a házad ide-ki...” – ilyen és ehhez hasonló ismert mondókákat szavaltak a szülők a foglalkozásvezetővel gyermekeiknek, illetve új versikeket, népdalokat is megismertek.

„Zsip-zsup, kender zsupp. Ha megázik, kidobjuk! Zsupsz!” – a kicsiket óvatosan felemelték, majd a szőnyegre rakták az anyukák és a nagymamák. A kicsik nagyon élvezték a lovaglós, arc- és tenyészimogató feladatokat is: kuncogtak, sikítottak.

– Élő hangszerjátékkal és énekszóval közösségi élményt nyújtunk a gyerekeknek. Az anyukák ölkbe veszik a babákat és így játszanak, ringatóznak. Ezek a foglalkozások is szorosabbá teszik az anya és a gyermek intim kapcsolatát. A módszerrel az anyukák rengeteg elfeledett népdalt eleveníthetnek fel, illetve újakat tanulhatnak, melyeket utána otthon is gyakorolhatnak. A közösségben formálódik a ki-

csi, kapcsolatokat alakít ki társaival, könnyebben beilleszkedik a bölcsődében és az óvodában – magyarázta a módszer lényegét Szabó Emese, a szegedi Ringató foglalkozás vezetője. A szakembertől azt is megtudtuk, már a születés előtt fontos a zene a gyermek számára: a ritmus egész életünket meghatározhatja.

” A közösségben formálódik a kicsi, kapcsolatokat alakít ki társaival, könnyebben beilleszkedik a bölcsődében és az óvodában.

Szabó Emese

– Magdi gyakran egy ismert dallam segítségével énekl el élményeit, és az is előfordul, hogy ismert mondókákat vegyítve újakat költ – mesélte *Hartványi Andrea*, a közel hároméves kislány anyukája. Azt is elmondta, nagyon odafigyelnek Magdi zenei fejlődésére.

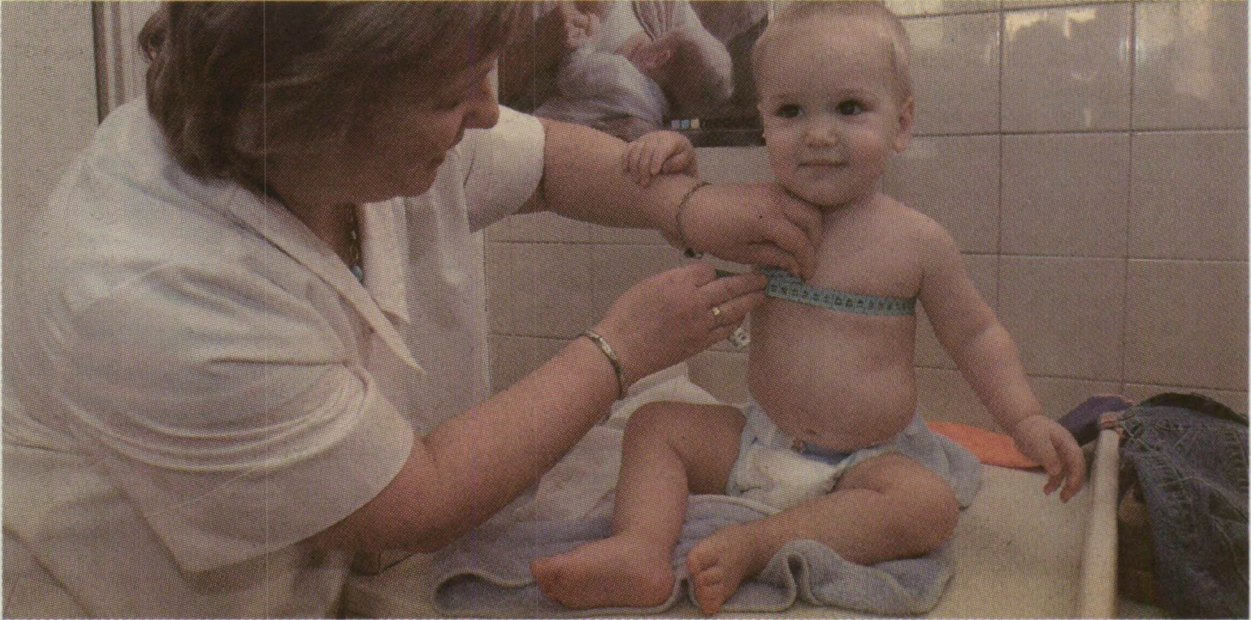
A kétéves Boglárka nagymamájával érkezett a programra. A rózsaszín ruhácskát viselő, szőke kislány oxigénhiánnyal született, így testének jobb oldalát sokáig nehezen tudta mozgatni. A rengeteg torna jót tett neki, ezért is döntöttek szülei a ritmikus zenés foglalkozás mellett. Itt játszani is megtanítják a kicsit, és a mamával is közelebb kerülnek egymáshoz.



KODÁLY-MÓDSZER KICSIKNEK. A FOGANTATÁSTÓL FONTOS A ZENE Fotó: Segesvári Csaba

AZ EGÉSZSÉGÜGYI INTEGRÁCIÓVAL MEGSZILÁRDULT A VÉDŐNŐK HELYZETE

Az anyaság ösztönös, de mindenkinél elkél a segítség



Fotó: Karnok Csaba

VIRÁGH ANIKÓ JUSZTIN BARNABÁSSAL FOGLALKOZIK

A terhes- és csecsemőgondozás Szegeden ötvenöt védőnői körzetben zajlik. Az integrációval a védőnői szolgálat feladata nem sokat változott, helyzete azonban megszilárdult, a Szent-Györgyi Albert Klinikai Központhoz tartozik. Önálló védőnői tanácsadásra látogattunk.

KANCSÁR TÍMEA

– Gratulálok! Szépen tartja a testsúlyát. Továbbra is figyeljen a sómentes táplálkozásra, hiszen havonta egy kiló súlygyarapodás javasolt – dicsérte *Virágh Anikó* védőnő az önálló védőnői tanácsadáson *Péter Emesét*, aki terhessége 37. hetében jár. A huszonöt éves kismamának a legutóbbi látogatáskor a vérnyomása magasabb volt, a diétának is köszönhetően azóta rendeződött. Vizeletvizsgálatot végzett a szakember, és a baba szívhangját is meghallgatta. A várandósság utolsó hónapjában Emese hetente jár a védőnőhöz. A babakelengyét is megbeszélték már.

A tanácsadáson egymást váltották a terhes és a kisgyermekes nők. *Virágh Anikó* belvárosi körzetébe például harminc kismama és huszonkét csecsemő tartozik.

A négy hónapos *Csányi Katica* jól tűrte a súlymérést. Édesanyjával, *Csányi Krisztinával* kéthetente jár a tanácsadásra.

→ ÖTVENÖT KÖRZET. Szegeden az alapellátás tekintetében ötvenöt védőnői körzetben tevékenykednek a szakemberek. Tavaly szeptemberi adatok alapján 10 ezer 500, 0-tól 6 éves korú gyermek, közel ötezer óvodás, 5-7 ezer iskolás és 14-16 ezer középiskolás részesült védőnői ellátásban.

– Első gyermekem, Eszter születése után minden új volt. Rengeteg kérdés merült fel bennem a fürdetéssel, a köldök tisztán tartásával, illetve az első betegségekkel kapcsolatban. A kórházban kevés idő maradt a szoptatási

→ Várandósgondozás

Szeged specialitása, hogy a várandósgondozás két részből áll: önálló területi védőnői szolgálat működik, illetve szakorvos mellett tevékenykedő védőnővel is találkozhatnak a kismamák. Az utóbbi, a terhesdiagnosztikán, Szegeden, a Vasas Szent Péter utcában működik. A várandós anyukák először bejelentkeznek a területileg illetékes védőnői körzetbe, ott kapják meg a várandóskönyvet. Két héten belül a védőnő meglátogatja a leendő anyukát otthonában, majd ugyanezt kétszer megteszi a terhesség utolsó két hónapjában. A szakember összesen ötször, illetve igény szerint megy házhöz, de a kismama is bejárhat a tanácsadásokra, ahol teljesen ingyen olyan plusztanfolyamokon is részt vehet, mint például a babamasszázs vagy a szülésre felkészítő. A kismamának – a szükséges vizsgálatok kapcsán – négyszer kell felkeresnie a szakorvosi rendelőt, így anyasági segélyre is jogosulttá válik.

tanácsadásra, és bár ez ösztönös, Anikó sokat segített ebben a kérdésben is. A második babánál könnyebb, de mindig akad meglepetés – magyarázta a kétgyermekes anyuka.

Az újszülött hazaérkezését követő 24-48 órán belül a védőnő meglátogatja a családot. Az első hat hétben hetente, majd a gyermek egyéves koráig havonta beszélnek meg konzultációt a szülőkkel. Szükség szerint a védőnői látogatások megszoríthatnak.

– Az integráció előtt voltak kétsé-

gek, hogyan alakul a védőnők helyzete. Nem látszott világosan, hogy az alap-, a fekvő- vagy a járóbeteg-ellátásba hova illeszthető be az alapellátási hálózat. A szülészeti és nőgyógyászati klinikán belül önálló védőnői alapellátási egység alakult *Pál Attila* tanszékvezető egyetemi tanár vezetésével. Ez a területi várandós és csecsemő, az ifjúsági és iskolai védőnői alapellátást, illetve az anya-

tejgyűjtő állomás tevékenységét fogja össze – magyarázta *Baloghné Fűrész Veronika*, a védőnői alapellátási egység vezető védőnője, aki nagyon pozitívnak értékelte a változásokat. Az alapellátáson kívül fontos része a védőnői munkának a növédelem, mely eddig nem kapott elég hangsúlyt. Reméli, hogy az egységes egyetemi rendszerben lehetőség lesz az ezzel kapcsolatos szűrővizsgálatok és a népegészségügyi programok népszerűsítésére a családok körében.

→ INDIAI ÉS SVÉD GYÖKEREK. A babamasszázszt az amerikai Viamala McClure fejlesztette ki, aki évekig Indiában élt, gyermekotthonokban dolgozott. Ott tanulta meg a masszázsmozdulatokat, melyeket később a svéd masszírozás elemeivel és a reflexológiával ötvözt. Így hozta létre azt a csecsemőmasszázszt, amelyet a Nemzetközi Babamasszázs-szövetségnél oktatnak.

nem maradnak egy helyben húsz percen vagy fél órán keresztül, amíg az anyuka minden testrészükön végigér – magyarázta Ráczné Gyémánt Andrea.

– A babamasszázsnek közösségformáló ereje is van. Itt kicserélhetjük egymással a tapasztalatainkat, kérdezhetünk a védőnőtől – mondta *Óvári Judit*. A fiatal anyukának ikrei vannak, és mivel egyszerre két babát nehez lenne masszírozni, felváltva hozza el őket a babamasszázsra. Ezen a héten Csanád, a jövő héten pedig Zalán élvezheti a társasági masszírozás örömeit.

KÖRKÖRÖS MOZDULATOKKAL AZ EGÉSZSÉGÉRT

Babamasszázszt oktatnak Szegeden

Az indiai és a svédmasszázs elemeit ötvöztve kényeztetik csecsemőjüket a szegedi babamasszázsóra résztvevői. A foglalkozáson, melyet Ráczné Gyémánt Andrea védőnő tart, az érdeklődők ingyen sajátíthatják el a mozgásokat.

BOBKÓ ANNA

Ha a masszázsasztalon fekvő hangosan bőföngne és szellentene, a masször valószínűleg befejezné mozgulatait, és elképelve otthagyná a szobában. Mi azonban olyan foglalkozáson jártunk, ahol az anyukák kedves mosollyal észrevetelték, ha csemetéjük pukizott egyet a simogató mozgulatsor alatt. A Dózsa György utca 2/b-ben *Ráczné Gyémánt Andrea* védőnő tart babamasszázszt minden pénteken fél kettőtől az érdeklődő kismamáknak, kispapáknak.

Mint kis csomagok, hat rugdalózó apróság feküdt a klubszoba szőnyegén. Az engedélykérés után – amikor a mamák megbeszélték a babákkal, hogy megmasszírozzák őket – jöhetett a gyengéd dögönyözés. Ki erősebben, ki lágyabban masszírozta csemetéjét a masszázsolajjal, attól függően, hogy a baba mit igényelt. Az apró talpakkal kezdve, a hurrák lábacskaikon és a popsín keresztül a feszes pocakig haladtak a jól begyakorolt mozgulatokkal. Majd következtek a kalimpáló karok, a mosolygó arcocskák és a hát.

– A babamasszázsnek sok pozitív hatása van: légzésstimuláló, és alkalmazásával csökkenthető a picik hasfájása is. Segít a kötött vagy laza csípő rendezésében, fokozza a kerिंगést, nyugtatja vagy éppen serkenti a



A GYENGÉD MASSZÁZS MOZDULATOK JÓ HATÁSSAL VANNAK AZ ANYUKÁKRA ÉS A BABÁKRA IS

Fotó: Frank Yvette

csecsemőt. Az anyukáknál pedig fokozza az oxitocintermelést. Újszülött kortól alkalmazható a masszázs, de amíg le nem esik a köldökcsonk a

babáról, addig a hasát ki kell hagyni. A három-négy hónapos kor a legideálisabb, az egyéves a legkritikusabb, hiszen ilyenkor szeretnek elmászni,