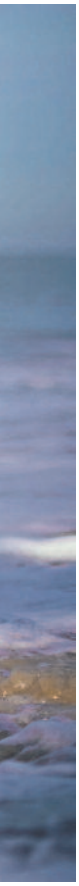
ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಹಂತಗಳು



ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ ಬೆಳವಣಿಗೆ

ಒಂದು ವರ್ಷದ ನಂತರ ತೂಕ ಮತ್ತು ಉದ್ದಳತೆ (ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಎತ್ತರ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ)ಗಳ ಹೆಚ್ಚಳ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕುಂಠಿತವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವರ್ಷ ತುಂಬುವ ವೇಳೆಗೆ ಸರಾಸರಿ ಒಂಬತ್ತು ಕಿಲೋನಷ್ಟು ತೂಕವಿರುವ ಮಗು ಮುಂದಿನ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಕೇವಲ ಮೂರರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಕಿಲೋನಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ತೂಕ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಜನಿಸಿದಾಗಿನ ತೂಕ ಸುಮಾರು ಎರಡೂವರೆ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಪಟ್ಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಒಂದು ವರ್ಷ ತುಂಬುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪತ್ತೈದು ಸೆ.ಮೀ.ನಷ್ಟು ಉದ್ದವಿದ್ದ ಮಗು ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಅಂತ್ಯಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು ಎಂಬತ್ತೇಳು ಸೆ.ಮೀ.ಗಳಷ್ಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಗು ಹೆಚ್ಚು ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವುದರಿಂದ ಮೊದಲ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಜಮೆಯಾಗಿದ್ದ ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಂಶ ಕರಗಿ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಗುಂಡುಗುಂಡಗಿದ್ದ ಮಗು ತೆಳ್ಳಗೆ ಕಾಣತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಮಗು ಎರಡನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಸತಾಯಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ತಂದೆತಾಯಂದಿರ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

- ಹದಿನೈದು ತಿಂಗಳುಗಳು: ಆಧಾರರಹಿತವಾಗಿ ನಡೆಯಬಲ್ಲದು.
- ಹದಿನೆಂಟು ತಿಂಗಳುಗಳು: ಓಡಲಾರಂಭಿಸುವುದು.
- ಎರಡು ವರ್ಷಗಳು: ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿ ಇಳಿಯುವಾಗ ಪ್ರತಿ ಮೆಟ್ಟಿಲಿನ ಮೇಲೆ ಎರಡೂ ಪಾದಗಳನ್ನೂರುತ್ತದೆ.
- ಮೂರು ವರ್ಷಗಳು: ಬದಲಿ ಪಾದಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮೆಟ್ಟಿಲಿಳಿಯಬಲ್ಲದು. ಮೂರು ಗಾಲಿಯ ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ನೋಡಿಕೊಂಡು ಒಂದು ವೃತ್ತವನ್ನು ರಚಿಸಬಲ್ಲದು.

ಮುಂದಲೆಯ ನೆತ್ತಿ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳು ತುಂಬುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೂಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ವಿಳಂಬಿತ ನೆತ್ತಿ ಕೂಡುವಿಕೆಗೆ ನೀರ್ದಲೆ, ಥೈರಾಯ್ಡ್ ರಸದೂತದ ಕೊರತೆ ಮುಂತಾದ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿದ್ದರೂ 'ಡಿ' ಜೀವಸತ್ವ ಕೊರತೆಯ 'ರಿಕೆಟ್ಸ್' ಪ್ರಮುಖವಾದ ಕಾರಣ. ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ

- ಎರಡು ವರ್ಷಗಳು: ನೀರು ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಬೇಕು ಎಂದು ಕೇಳಬಲ್ಲದು.

ಮೂತ್ರ ಮತ್ತು ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆ: ಎರಡು ವರ್ಷಗಳು ತುಂಬುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಹಗಲಿನ ವೇಳೆಯ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಆರು ವರ್ಷಗಳು ತುಂಬುವವರೆಗೂ ಕೆಲ ಮಕ್ಕಳು ರಾತ್ರಿಯ ವೇಳೆ ಹಾಸಿಗೆ ಒದ್ದೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದು ಆರು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರವೂ ಮುಂದುವರಿದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಮೇಲಿನ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಮಾತಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ

- ಹದಿನೆಂಟು ತಿಂಗಳುಗಳು: ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಲ್ಲದು.
- ಎರಡು ವರ್ಷಗಳು: ನಾನು, ನೀನು, ನೀವು ಮುಂತಾದ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಲ್ಲದು. ಎರಡು ಮೂರು ಪದಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ವಾಕ್ಯ ರಚಿಸಬಲ್ಲದು.
- ಮೂರು ವರ್ಷಗಳು: ತನ್ನ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಲಿಂಗವನ್ನು ಹೇಳಬಲ್ಲದು.

ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಸೋಂಕು

ಇತರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದರಿಂದ ಉಸಿರಾಟದ ಮೂಲಕ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವ ವೈರಾಣುಗಳ ಸೋಂಕು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ.

ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಆಡಲಿಚ್ಛಿಸುವುದರಿಂದ ವಾಂತಿಭೇದಿ, ಚರ್ಮದ ಸೋಂಕು, ಹುಳುಗಳ ಬಾಧೆ ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದರಿಂದ ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಕ್ಕಮಟ್ಟಿಗೆ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಜಂತುಹುಳು ನಿವಾರಕ ಔಷಧವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಈ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ತುಂಟತನ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅವಘಡಗಳಿಗೀಡಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಬಿದ್ದು ಗಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹುಣಸೇಬೀಜ, ಬಟಾಣಿ, ನಾಣ್ಯ ಮುಂತಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಿವಿ ಅಥವಾ ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ತೂರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಬಾಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ನುಂಗುವುದರಿಂದ ಅಂಥ ವಸ್ತುಗಳು ಶ್ವಾಸವ್ಯೂಹದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡು ಸಾವುನೋವುಗಳುಂಟಾಗಬಹುದು. ಬಾತ್ ಟಬ್, ತುಂಬಿದ ಬಕೆಟ್ ಅಥವಾ ನೀರಿನ ತೊಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ

ಬಿದ್ದು ಉಸಿರುಗಟ್ಟಬಹುದು, ಹರಿತವಾದ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಗಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸ್ಟೌ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಕೈ ಕಾಲು ಸುಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇಂಥ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತಂದೊಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಹುಷಾರಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಂಡರೂ ಸಾಲದು. ಮೈಯೆಲ್ಲಾ ಕಣ್ಣಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಔಷಧ ಮತ್ತು ಗುಳಿಗೆಯ ಬಾಟಲಿಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿಡುವುದು, ಮಗುವಿನ ಕೈಗೆಟಕುವ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ಪ್ಲಗ್ ಪಾಯಿಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚುವುದು, ಬೆಂಕಿಪೊಟ್ಟಣ ಮಗುವಿನ ಕೈಗೆ ಸಿಗದಂತೆ ಇಡುವುದು, ಹರಿತವಾದ ವಸ್ತುಗಳು ಮಗುವಿನ ಕೈಗೆಟುಕದಂತೆ ಇಡುವುದು ಮುಂತಾದ ಕೆಲ ಸುರಕ್ಷತಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹೆತ್ತವರು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

ಉಸಿರುಗಟ್ಟುವಿಕೆ

ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಅತ್ತು ಅತ್ತು ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಬಿಡುತ್ತವೆ. ಅಂಥ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಬಿಳಿಚಿಕೊಂಡರೆ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ದೇಹ ನೀಲಿಗಟ್ಟಬಹುದು. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರಜ್ಞೆ ತಪ್ಪಿದರೆ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಫಿಟ್ಸ್ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಎರಡು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ದಿನಗಳೆದಂತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆತ್ತವರು ಹೆಚ್ಚು ಗಾಬರಿಯಾಗುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ಒಂದು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಹೊರಳಿಸಿ, ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ರವಿಕೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಅಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಕೊರತೆಯ ರಕ್ತಹೀನತೆ ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವುದರಿಂದ ಗುರುತಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು.