

Proč africké děti nepláčou.

Narodila jsem se a vyrůstala v Keni a na Pobřeží Slonoviny. Od patnácti let jsem žila v Británii. Vždycky jsem však věděla, že chci své děti (až je budu mít) vychovávat doma v Keni. A ano, předpokládala jsem, že děti mít budu. Jsem moderní Afričanka, se dvěma univerzitními diplomy, v rodině už čtvrtá generace zaměstnaných žen – ale pokud jde o děti, jsem typická Afričanka. Stále v nás zůstává přesvědčení, že bez nich nejsme celé; děti jsou požehnáním, které by bylo bláznovstvím odmítnout. To prostě vůbec nikoho nenapadne.

Otěhotněla jsem v Británii. Touha porodit doma byla ale tak silná, že jsem během 5 měsíců prodala svou praxi, založila nový podnik a přestěhovala se. Jako většina těhotných matek v Británii jsem hltavě četla knihy o dětech a výchově. (Později mi babička řekla, že **miminka nečtou knihy a jediné co mám dělat je „číst“ svoje děťátko.**) Opakovaně jsem četla, že africké děti pláčou méně než evropské. Byla jsem zvědavá proč.

Když jsem se vrátila do Afriky, pozorovala jsem matky a děti. Byly všude až na ty nejmenší **do šesti týdnů, ty byly většinou doma.** První, čeho jsem si všimla bylo, že navzdory jejich všudypřítomnosti, je vlastně velmi těžké opravdu „vidět“ keňské děťátko. Obvykle jsou neuvěřitelně dobře zabalena než si je matka (někdy otec) **na sebe připoutají.** I větší batolata připoutaná na záda jsou chráněna před počasím velkou pokrývkou. Máte štěstí, když zahlednete ruku nebo nohu, o nosu nebo oku vůbec nemluvě. Obal je jakousi napodobeninou lůna. **Kojenci jsou doslova zakuklení před stresem okolního světa, do kterého vstupují.**

To druhé, co jsem pozorovala, byla kulturní záležitost. V Británii se předpokládalo, že miminka pláčou. V Keni to bylo úplně naopak. **Předpokládá se, že děti nepláčou.** Když pláčou, musí být něco hrozně v nepořádku; je nutno to okamžitě řešit. Moje anglická švagrová to trefně shrnula takto: „Tady lidi opravdu neradi slyší dětský pláč, že?“

Všechno to dávalo větší smysl, když jsem konečně porodila a přišla na návštěvu babička z vesnice. Po pravdě řečeno moje děťátko plakalo poměrně hodně. Rozčilená a unavená jsem někdy zapoměla všechno, co jsem když četla a plakala s ním. Ale pro mou babičku bylo **řešení jednoduché „Nyonyo“ (koj ji).** To byla její odpověď na každé pípnutí.

Někdy šlo o mokrou plenku, nebo jsem ji položila, nebo potřebovala říhnout, ale hlavně prostě chtěla být u prsu – ať už se krmila, nebo jen hledala potěšení. Už jsem ji většinu času nosila na sobě a spaly jsme spolu, tak že šlo jen o přirozené rozšíření toho, co jsme už dělaly.

Konečně jsem pochopila nepříliš těžké tajemství radostného pokoje afrických dětí. Byla to **jednoduchá souhra uspokojených potřeb,** která vyžadovala naprosté zapomenutí na to, co by mělo být a **soustředění na to, co se v daném okamžiku děje.** Výsledek byl, že se moje děťátko hodně krmilo; mnohem častěji, než jsem kdy vyčetla z knížek a nejméně pětkrát častěji než doporučovaly některé přísnější programy.

Asi ve čtvrtém měsíci, když většina městských matek začala zavádět pevnou stravu, jak nám bylo doporučeno, vrátila se moje dcera k novorozeneckému přístupu a dožadovala se kojení každou hodinu, což mne naprosto šokovalo. Během předcházejících měsíců se totiž čas mezi krmením pomalu prodlužoval, dokonce jsem začala přijímat občas pacienty, aniž by mi ukapávalo mléko nebo mě přerušovala dcerčina chuva, aby mě upozornila, že chce malá pít.

Většina matek ve skupince, do které jsem chodila, už pilně přikrmovala své děti rýží a všichni odborníci, kteří měli co dělat s našimi dětmi – lékaři a dokonce i duly, říkali, že je to tak v pořádku. I matky si potřebují odpočinout. Chválili nás, že jsme už podaly obdivuhodný výkon, když jsme výhradně kojily 4 měsíce a ujišťovali nás, že budou děti v pořádku. Něco mi v tom nesesedělo a i když jsem váhavě zkusila namíchat pawpaw (ovoce tradičně používané v Keni při odstavování) s odsátým mlékem a nabídla směs své dceři, odmítla ji.

Tak jsem zavolala babičku. Se smíchem se mě zeptala, jestli jsem zase četla knihy. Pak mi



Foto: zdroj FB

vysvětlila, že **kojení je všechno jen ne přímočaré**. „Ona ti poví, až bude připravená jíst jídlo a její tělo také.“

„Co mám do té doby dělat?“ zeptala jsem se dychtivě.

„Dělej to co dosud, **pořádně koj**.“ Tak se můj život zase zpomalil. Zatím co se mnohé mé současnice těšily jak od té doby co přikrmují rýží a postupně zavádějí další jídla, jejich děti déle spí, budila jsem se se svou dcerou v noci každou hodinu nebo dvě a vysvětlovala ve dne pacientům, že to s mým návratem do práce nevychází tak úplně podle plánu.

Brzy jsem se bezděčně stala neformální poradnou pro jiné městské matky. Předávaly si mé telefonní číslo a často jsem během kojení slyšela sama sebe jak odpovídám do telefonu: „Ano, jen ho/jí dál kojte.“ Ano, i když jste je právě nakrmila. Ano, možná se dnes nestihnete ani převléknout z pyžama. Ano, stále ještě potřebujete jíst a pít jako kůň. Ne, teď asi nebude vhodná doba k návratu do zaměstnání, pokud si můžete dovolit nejít.“ A nakonec jsem matky ujišťovala: „Postupně to bude snazší.“ To poslední tvrzení byl z mé strany výraz naděje, protože pro mne to v té chvíli ještě nijak lehčí nebylo.

Asi týden před tím, než bylo mé dcerce 5 měsíců, jsme jeli do Británie na svatbu a také, abychom ji představili příbuzným a přátelům. Protože jsem měla málo jiných povinností, nedělalo mi potíže dodržet její plán krmení. Přes všechny rozpačité pohledy mnoha cizích lidí, když jsem kojila svou dceru na různých veřejných místech, nedokázala jsem používat veřejné místnosti určené pro kojení, protože byly většinou spojeny s toaletami.

Lidé, s kterými jsem na svatbě seděla u jednoho stolu poznamenali: „**Máte spokojené miminko** – ovšem hodně často pije.“ Mlčela jsem. A jiná dáma dodala: „Však jsem někde četla, že africké děti moc nepláčou.“ Neudržela jsem smích.

Moudré rady mé babičky:

- 1) **Nabídni prs** pokaždé, když je dítě neklidné, i kdybys je před tím právě nakrmila.
- 2) **Spí s ním**. Často můžeš **nabídnout prs dříve**, než se dítě naplno probudí a to mu umožní rychleji znovu usnout, a ty **budeš víc odpočínatá**.
- 3) Vždy měj v noci při ruce **láhev s vodou**, abys mohla pít a měla dost mléka.
- 4) Kojení chápej jako **svůj prvořadý úkol** (zvláště v obdobích náhlého zrychlení růstu) a dovol lidem kolem sebe, aby **pro tebe dělali** co nejvíce mohou. **Je málo věcí, které nemohou počkat**.
- 5) **Čti své miminko, ne knihy**. Kojení není přímočaré – jde nahoru a dolů a někdy v kruzích. Na potřeby tvého dítěte jsi ty ta největší odbornice.

J. Claire K. Niala

[InCultureParent: <http://www.incultureparent.com/2010/12/why-african-babies-dont-cry/>]

Použitá fotografia nebola súčasťou článku – zdroj FB. Fascinujúci na nej je vek matky, vek dieťaťa a na pohľad poloprázdne prsia. A široký úsmev matky a spokojnosť dieťaťa 😊