കൺമണിയുടെ ആദ്യ പുഞ്ചിരി

കരഞ്ഞുകൊണ്ടാണ് കുഞ്ഞുങ്ങൾ ജനിക്കുന്നത്. അമ്മമാരും ഒരു പരിധി വരെ വേദന മൂലം കരയുമല്ലോ. പിന്നീട് അമ്മയ്ക്ക് സന്തോഷത്തിന്റെ ദിനങ്ങളാണ്. കുഞ്ഞിന്റെ ഓരോ ഘട്ടത്തിലുമുള്ള പ്രകടമായ മാറ്റങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ട്

അവരെ പരിപാലിക്കുന്നത് എല്ലാ അമ്മമാരും സന്തോഷത്തോടെയും ചാരിതാർഥ്യത്തോടെയും നിർവ്വഹിക്കുന്നു.

മാസം തികഞ്ഞ് ജനിക്കുന്ന കുഞ്ഞിന് 2.5 കിലോഗ്രാമോ അതിന് മുകളിലോ തൂക്കം ഉണ്ടാകണം. ഇങ്ങനെയല്ലാതെ, 2.5 കിലോഗ്രാമിൽ താഴെ തൂക്കത്തോടെ ജനിക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളെ തൂക്കക്കുറവുള്ളതായാണ് കണക്കാക്കുന്നത് (Low- Birth- Weight- LBW). 2.5 കിലോഗ്രാമിനു താഴെ തൂക്കത്തോടെ ജനിക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ മാസം തികഞ്ഞ് ജനിക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളും മാസം തികയാതെ ജനിക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളും ഉൾപ്പെടും. കേരളത്തിൽ LBW കുഞ്ഞുങ്ങൾ ഏകദേശം 15-17 ശതമാനം ഉണ്ട് എന്ന് പഠനങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു.

കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ആദ്യത്തെ ചിരിയും അതിന്റെ പ്രത്യേകതകളും ഇവിടെ പ്രതിപാദിക്കുവാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നു. ഒരു കുഞ്ഞ് അമ്മയെ നോക്കി ആദ്യമായി ചിരിക്കുന്ന നിമിഷം ഏറ്റവും ഹൃദ്യവും ജീവിത കാലം മുഴുവൻ ഓർമ്മയിൽ നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്നതുമാണ്. ജനന ശേഷമുള്ള ആദ്യനാളുകളിൽ മിക്കപ്പോഴും കുഞ്ഞ് തനിയെ ചിരിക്കുന്നത് കാണാം ഇതു ശരിയായ പുഞ്ചിരിയല്ല. പലപ്പോഴും ഈ സമയത്ത് കുഞ്ഞിന്റെ കണ്ണ് അടഞ്ഞിരിക്കുകയോ കുഞ്ഞ് ഉറങ്ങുകയോ ആയിരിക്കും. അതുകൊണ്ട് കുഞ്ഞ് സ്വപ്നം കാണുകയാണെന്നൊരു സങ്കൽപം നമ്മുടെ നാട്ടിൽ പരക്കെ ഉണ്ട്. ഇങ്ങനെയുള്ള ചിരിയെ നവജാത ശിശുവിന്റെ പുഞ്ചിരി (neonatal smile) അല്ലെങ്കിൽ റിഫ്ളെക്സ് സ്മൈൽ (reflex smile) എന്നു

ഒരു കുഞ്ഞ് അമ്മയെ നോക്കി ആദ്യമായി ചിരിക്കുന്ന നിമിഷം ഏറ്റവും ഹൃദ്യവും ജീവിത കാലം മുഴുവൻ ഓർമ്മയിൽ നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്നതുമാണ്. ജനന ശേഷമുള്ള ആദ്യനാളുകളിൽ മിക്കപ്പോഴും കുഞ്ഞ് തനിയെ ചിരിക്കുന്നത് കാണാം.

ഡോ. ബാബു ജോർജ്
ഡയറക്ടർ
ചൈൽഡ് ഡെവലപ്മെന്റ് സെന്റർ
മെഡിക്കൽ കോളേജ്
തിരുവനന്തപുരം

പറയുന്നു. വായ്ക്കു ചുറ്റുമുള്ള മസിലുകൾ മാത്രം പ്രവർത്തിക്കുന്നതു കൊണ്ടാണിത്. ഗവേഷകർ ഇത്തരത്തിലുള്ള ചിരിയെ ഫോട്ടോഗ്രാഫിലൂടെയും, വീഡിയോഗ്രാഫിലൂടെയും സൂഷ്മമായി പഠിച്ച് അപഗ്രഥനം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെ കണ്ണിന്റെ ചലനവും കവിളിന്റെ കാര്യമായ ചലനവും ഉണ്ടാകാറില്ല എന്നതാണ് പ്രധാനം.

ശരിയായ പുഞ്ചിരി നടക്കുമ്പോൾ കുഞ്ഞിന്റെ വായുടെ ഭാഗത്തുള്ള പ്രധാനപ്പെട്ട മസിലുകൾ വശത്തേയ്ക്കും മുകളിലേയ്ക്കും ചലിയ്ക്കുകയും കണ്ണിന്റെ ചുറ്റുമുള്ള മസിലുകൾ പ്രവർത്തിക്കുകയും ചെയ്യും, അതുകൊണ്ടാണ് കണ്ണിലൂടെയുള്ള ഭാവ പ്രകടനം നമുക്ക് മനസ്സിലാകുന്നത്. കുഞ്ഞിന്റെ കൃഷ്ണമണി മറ്റുള്ളവരുടെ കണ്ണുകളിലേക്ക് വളരെ സൂഷ്മഭാവത്തോടെയും വികാര പ്രകടനത്തോടെയും നോക്കുന്നത് കാണുവാൻ സാധിക്കും.

നവജാത ശിശുവിനു പോലും മനോവികാരങ്ങൾ (emotions) ഗ്രഹിക്കാനും, പ്രകടിപ്പിക്കാനും കഴിയുന്നുണ്ടെന്ന് പഠനങ്ങൾ തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്, പക്ഷേ അത് പ്രകടിപ്പിക്കുവാനുള്ള സാമൂഹിക പരിചയം (social experience) ശിശുക്കൾക്ക് ലഭിച്ചിട്ടില്ല. നവജാതശിശു കരച്ചിലിലൂടെ പ്രതികരിക്കുന്നത് വേദന അറിഞ്ഞ് അത് വൈകാരിക തലത്തിൽ അനുഭവിച്ചാണെന്ന് 1980 ന്റെ ആരംഭത്തിൽ തന്നെ മെഡിക്കൽ ശാസ്ത്രജ്ഞർ തെളിയിച്ചിരുന്നു. ചികിത്സയുടെ ഭാഗമായി രക്ത പരിശോധന, കുത്തിവെയ്പ് എന്നിവ നടത്തുമ്പോൾ നവജാത ശിശുക്കൾക്ക് വേദന അനുഭവപ്പെടും. അതുകൊണ്ട് വളരെ കരുതലോടെയാണ് ആധുനിക ശാസ്ത്രം ഈ പരിശോധനകൾ ഇപ്പോൾ നിർവ്വഹിക്കുന്നത്.

ഒരു കുഞ്ഞ് പുഞ്ചിരിക്കുമ്പോൾ അമ്മയോടൊപ്പം ചുറ്റും നിൽക്കുന്നവരുടെയും മനം കുളിർക്കും. പുഞ്ചിരിക്കുന്ന സമയത്ത് തലച്ചോറിലെ വൈകാരിക പ്രവർത്തനങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഭാഗങ്ങളായ ലിംബിക്ക് സിസ്റ്റം (limbic system), അമിഗ്ഡാല (Amygdala) എന്നിവ ഉത്തേജിക്കപ്പെടുന്നു. കുഞ്ഞ് പുഞ്ചിരിക്കുന്ന സമയത്ത് മേൽപ്പറഞ്ഞ വ്യതിയാനങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് Functional MRI scanning മുഖേന ശാസ്ത്ര ലോകം തെളിയിച്ചിട്ടുമുണ്ട്. കുഞ്ഞ് ചിരിക്കുമ്പോൾ അമ്മയുടെ മാനസിക ഉല്ലാസം വർദ്ധിക്കുമെന്ന് അമ്മമാരിൽ നടത്തിയ പഠനങ്ങളും സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

കുഞ്ഞിന്റെ ബൗദ്ധിക വികാസത്തിന്റെ വിവിധ തലങ്ങൾ (domains) ഏതൊക്കെ എന്നു നോക്കാം.

(i) സാമൂഹികവും വ്യക്തിപരവുമായ വികാസം (Personal Social development)

(ii) സൂഷ്മ പേശീവികാസം (Fine motor development)

(iii) സംസാര ഭാഷാ വികാസം (Speech and Language development)

(iv) സ്ഥൂല പേശി വികാസം (Gross motor development) and

(v) ബുദ്ധിപരമായ വികാസം (Cognitive development)

സോഷ്യൽ സ്മൈൽ എന്ന മുഖത്ത് നോക്കിയുള്ള പുഞ്ചിരി കുട്ടിയുടെ സാമൂഹികവും വ്യക്തിപരവുമായ വികാസ തലത്തിലെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട നാഴികക്കല്ലാണ്.

വളരെ കൃത്യതയോടും വ്യക്തതയോടും ഇവിടെ പ്രതിപാദിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ എല്ലാ അമ്മമാരും കുട്ടിയോടു ഇടപഴകുന്ന സമൂഹത്തിലെ മറ്റ് അംഗങ്ങളും മനസ്സിലാക്കേണ്ടതുണ്ട്. 2 മാസം തികയുമ്പോഴേയ്ക്കും കുഞ്ഞ് അമ്മയുടെ മുഖത്ത് നോക്കി ചിരിക്കണം. ഈ ചിരിയെയാണ് സോഷ്യൽ സ്മൈൽ (social smile) എന്ന് മെഡിക്കൽ ശാസ്ത്രം നാമകരണം ചെയ്തിരിക്കുന്നത്. മാസം തികയാതെ ജനിക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് എത്ര നേരത്തെ ജനിച്ചുവെന്നു നോക്കി രണ്ടു മാസം എന്നുള്ള സമയത്തിന് ഇളവു നൽകിയിട്ടുണ്ട്.

തിരുവനന്തപുരം മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ചൈൽഡ് ഡെവലപ്മെന്റ് സെന്ററിൽ 2013-14 കാലഘട്ടത്തിൽ കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയും ബുദ്ധിവികാസവും മനസ്സിലാക്കുന്നതിന് വിശദമായ പഠനം നടത്തിയിരുന്നു. ആയിരത്തോളം കുട്ടികളിലാണ് പഠനം നടത്തിയത്. പഠനത്തിന്റെയും കണ്ടെത്തലിന്റെയും അടിസ്ഥാനത്തിൽ 0-3 വയസ്സു വരെയും 3-6 വയസ്സുവരെയും പ്രായമുള്ള കുട്ടികളിൽ ബുദ്ധിവികാസം ശരിയായ ദിശയിലാണോ മുന്നോട്ടുപോകുന്നത് എന്നു മനസ്സിലാക്കുവാനും തുടർന്നുള്ള നിരീക്ഷണം നടത്തുവാനും ഒരു ചാർട്ട് (Developmental Screening Chart) വികസിപ്പിച്ചെടുത്തു. അതാണ് ട്രിവാൻഡ്രം ഡെവലപ്മെന്റൽ സ്ക്രീനിംഗ് ചാർട്ട് (Trivandrum Developmental Screening Chart). കേരളത്തിലും മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങളിലും ഈ നിരീക്ഷണ ചാർട്ട് ഉപയോഗിക്കുകയും പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ് കാർഡിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. മിക്ക വൈദ്യ ശാസ്ത്ര ഗ്രന്ഥങ്ങളിലും ഈ സ്ക്രീനിംഗ് ചാർട്ടിനെപ്പറ്റി പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുമുണ്ട്. വളരെ ലളിതവും, പ്രയോജനകരവും, കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ബുദ്ധിപരമായ വളർച്ചാ നിരീക്ഷണത്തിനുതകുന്നതുമായ ഈ ചാർട്ട്, മാതാപിതാക്കൾക്കും ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്കും വളരെ ഉപകാരപ്രദമാണ്. 2013-14 ൽ സി.ഡി.സി

യിൽ നടത്തിയ പഠനത്തിൽ മാസം തികഞ്ഞ് ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ഒന്നും ഇല്ലാതെ ജനിക്കുന്ന 100 ശതമാനം കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും മുഖത്ത് നോക്കിയുള്ള ചിരി (social smile) രണ്ട് മാസത്തിനുള്ളിൽ വരുമെന്ന് കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്.

1. സോഷ്യൽ സ്മൈൽ കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ കാണുന്നതിന് മുൻപുള്ള ചില ആഴ്ചകളിലെ മുഖഭാവത്തിന്റെ ചലനങ്ങൾക്ക് പ്രത്യേക അടുക്കും ചിട്ടയും ഉണ്ട്. താഴെ പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്ന ഘട്ടങ്ങളിലൂടെയായിരിക്കും മിക്കപ്പോഴും പൂർണ്ണ തോതിലുള്ള ചെറുപുഞ്ചിരി കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ വികസിക്കുന്നത്. (i) ആദ്യം കുഞ്ഞ് മറ്റുള്ളവരുടെ മുഖസാമീപ്യം മൂലം നിമിഷ നേരത്തേക്ക് കണ്ണിലേക്ക് നോക്കുന്നതു കാണാം. (ii) അതിനുശേഷം ഒന്ന് രണ്ടാഴ്ച കഴിയുമ്പോഴേയ്ക്കും കുറച്ചുനേരം കൂടി കണ്ണ് ചലിപ്പിക്കാതെ മറ്റുള്ളവരുടെ മുഖത്തേക്ക് സൂക്ഷിച്ചു നോക്കും (eye fixation). (iii) അടുത്തഘട്ടത്തിൽ കുഞ്ഞ് മറ്റുള്ളവരെ നോക്കി ചുണ്ട് കൂർപ്പിയ്ക്കുകയും, ചുണ്ടിൽ ചലനം സൃഷ്ടിയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. (iv) ഈഘട്ടം കഴിഞ്ഞ് 1 - 2 ആഴ്ച കൊണ്ട് തന്നെ മുഖത്ത് നോക്കിയുള്ള ചിരി (social smile)തുടങ്ങുന്നതായിരിക്കും.

2. സോഷ്യൽ സ്മൈൽ ബുദ്ധി വികാസത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്ന പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു നാഴികക്കല്ലാണ് എന്ന് വിശദീകരിച്ചുവല്ലോ. നേരത്തെ പ്രതിപാദിച്ചതു പോലെ കുഞ്ഞുങ്ങൾ മുഖത്ത് നോക്കി പുഞ്ചിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ കാഴ്ചശക്തി നല്ലതുപോലെ വികസിക്കുന്നു എന്ന് മനസ്സിലാക്കാം. ഇത് തലച്ചോറിന്റെ ശരിയായ പ്രവർത്തനത്തെയാണ് കാണിക്കുന്നത്. കുഞ്ഞിന് രണ്ട് മാസം പ്രായമാകുമ്പോഴേക്കും മുഖത്ത് നോക്കി ചിരിച്ചില്ലെങ്കിൽ ബുദ്ധി വികാസത്തിൽ താമസം (Developmental Delay) ഉണ്ടെന്ന് അനുമാനിക്കണം. വിദഗ്ദ്ധ ഡോക്ടറുടെ സേവനം തേടുകയും വേണം. ഓട്ടിസമുള്ള ചില കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ രണ്ടാം മാസത്തിലെ നിറവാർന്ന ചെറുപുഞ്ചിരി പ്രകടമായിരുന്നില്ല എന്നും ചില പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

3. സാധാരണയായി പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ് എടുക്കുവാൻ ആശുപത്രിയിൽ പോകുമ്പോൾ മുഖത്തുനോക്കി കുഞ്ഞ് ചിരിയ്ക്കുമോ (social smile) എന്ന് ഡോക്ടർ ചോദിക്കാറുണ്ട്. കുട്ടിയുടെ ബുദ്ധിപരവും ശാരീരികവുമായ വളർച്ച നിർണ്ണയിക്കുന്ന പരിശോധനകൾ നടത്തേണ്ട സാഹചര്യത്തിൽ നേരത്തെ പരാമർശിച്ച ട്രിവാൻഡ്രം ഡെവലപ്മെന്റൽ സ്ക്രീനിംഗ് ചാർട്ടും (TDSC), ഡെൻവർ ഡെവലപ്മെന്റൽ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റും (DDST) ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. ഇവരണ്ടും ഉപയോഗിച്ച് സോഷ്യൽ സ്മൈൽ കുഞ്ഞിന് വന്നിട്ടുണ്ടോ എന്ന് കൃത്യമായി നിർണ്ണയിക്കാനാകും.

ചൈൽഡ് ഡെവലപ്മെന്റ് സെന്ററിൽ വിദഗ്ധ പരിശോധനയ്ക്കായി ബെയിലി സ്കെയിൽ (BSID) അല്ലെങ്കിൽ ഡെവലപ്മെന്റൽ അസസ്സ്മെന്റ് സ്കെയിൽ ഫോർ ഇന്ത്യൻ ഇൻഫന്റ്സ് (DASII) എന്ന ടെസ്റ്റ് ആണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഇവ രണ്ടിലും മുഖത്ത് നോക്കിയുള്ള ചിരി (social smile) രണ്ട് മാസത്തിനുള്ളിൽ കുഞ്ഞ് കൈവരിച്ചിട്ടുണ്ടോ എന്ന്! പരിശോധിക്കുന്നു. ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്ര വിഭാഗത്തിൽ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ വളർച്ച, ബുദ്ധിവികാസം എന്നിവയ്ക്ക് ഊന്നൽ നൽകി പ്രവർ ത്തിയ്ക്കുന്ന പ്രത്യേക വിഭാഗമാണ് ഡെവലപ്മെ ന്റൽ പീഡിയാ ട്രിക്സ്.

4. രണ്ട് മാസത്തിനു ശേഷം കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ വ്യത്യസ്ത മുഖഭാവങ്ങളുടെ

അമ്മയുടെ മുഖമാണ് നവജാതശിശുക്കളുടെ കണ്ണാടി

പെരുമഴയായി രിക്കും. അമ്മയെ തിരിച്ചറിയാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ അമ്മയുടെ മാനസിക വൈകാരിക ഉല്ലാസം വാനോളം ഉയരും. താമസിക്കാതെ തന്നെ കുഞ്ഞ് പ തുക്കെപ്പതുക്കെ ശബ്ദങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നതു കാണാം.

നാലഞ്ചു മാസം പ്രായമായ കുഞ്ഞുങ്ങൾ കുടുംബത്തിലെ താരമാണ്. ആര് അടുത്തുകൂടി പോയാലും, നോക്കിയാലും, ശബ്ദമുണ്ടാക്കി ചിരിക്കുന്നത് കാണാം. ഈ നിഷ്കളങ്കമായ ചിരിയെ പുഞ്ചിരി പൂവു മായ് വരുന്ന പഞ്ചമിചന്ദ്രനോട് ഉപമിക്കാം. പ്രശസ്ത കവിയും ഗാനരചയിതാവുമായ ശ്രീകുമാരൻ തമ്പി പിഞ്ചു ഹൃദയത്തെ ദേവാലയവും കിളിക്കൊഞ്ചലിനെ ശ്രീകോവിലിലെ മണിനാദവുമാണെന്ന്! ഓർമിപ്പിച്ചത് ഈ അവസരത്തിൽ ഓർക്കാം.

അനുബന്ധം: *ഈ വിഷയവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പ്രിയ സുഹൃത്തും കവിയും ഗാന രചയിതാവുമായ പി. കെ. ഗോപി യുമായി സംസാരിച്ചിരുന്നു. ക്ഷണ നേരത്തിനുള്ളിൽ അദ്ദേഹത്തിലെ കവി ഉണർന്നു. അധികം താമസിയാതെ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ദൈവിക മന്ദഹാസ ത്തെക്കുറിച്ച് ഒരു ലഘു കവിത എഴുതി അദ്ദേഹം അയച്ചു തന്നു. അത് ചുവടെ ചേർക്കുന്നു.*

'വിശുദ്ധ മന്ദഹാസം'

പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ വന്നു
പുഞ്ചിരിച്ചുണർത്തുന്നു
പിഞ്ചുകുഞ്ഞിനെ സ്നേഹ
വാത്സല്യസന്തോഷത്തിൽ!

എന്തൊരു മായാജാല
നിർവൃതി, ജഗത്തിന്റെ
ചന്ദ്രോദയങ്ങൾ പോലെ
സംതൃപ്ത നിമിഷത്തിൽ

അന്തരിന്ദ്രിയങ്ങളിൽ
പടർന്ന തരംഗങ്ങൾ
മന്ദഹാസമായ് പൂത്തു
മുഖത്തു വിടരുമ്പോൾ

മംഗള മഹാജന്മ
സൗഭാഗ്യവിശുദ്ധികൾ
സംഗമിക്കുന്നൂ കുഞ്ഞേ,
നിന്നിലെ ചൈതന്യത്തിൽ!

പി.കെ.ഗോപി.

(ശ്രീ. പി. കെ. ഗോപി കേരള സർക്കാർ ആരോഗ്യ വകുപ്പിൽ ഫിസിയോ തെറാപ്പിസ്റ്റായി സേവനമനുഷ്ഠിച്ചിരുന്നു.)