

Nasilje nad otroki – trajne spremembe v delovanju njihovih možganov

Dr. Tina Bregant, dr. med., URI Soča

Uvod

Otrokove pravice do življenja, zdravega razvoja in zaščite pred nasiljem, zlorabo in zanemarjanjem s strani staršev ali skrbnikov so zapisane v Konvenciji o otrokovih pravicah. Te pravice predstavljajo del človekovega dostojanstva (1). Konvencijo je 20. novembra 1989 sprejela Generalna skupščina Združenih narodov in je bila prvi pravno zavezujoč mednarodni dokument, ki je na enem mestu vključeval celoten razpon človekovih pravic, vključno s civilnimi, kulturnimi, ekonomskimi, političnimi in socialnimi pravicami. Pri nas je stopila v veljavo s 25. junijem 1991. V njej so zapisana določila in načela, ki zagovarjajo in ščitijo pravice otrok ter predstavljajo temeljna vodila pomoči otrokom pri zadovoljevanju osnovnih potreb in širitvi priložnosti, da razvijejo svoje zmožnosti. Konvencija ščiti otrokove pravice s tem, da postavlja osnovne standarde zdravstvene oskrbe, izobraževanja ter pravnih, civilnih in socialnih storitev.

Pogostost nasilja nad otroki

Pravice otrok, vključno s pravico do zaščite pred nasiljem, ki so zapisane v konvenciji, so zapisane z razlogom. Leta 2005 predstavljena raziskava organizacije UNICEF je med mladimi v Evropi in srednji Aziji pokazala, da kar 60 odstotkov otrok trdi, da so priče nasilju v družini (2). V istem dokumentu, ki se sklicuje na podatke SZO iz leta 2003, je opisano, da v Evropi letno kar 3.500 otrok, mlajših od 15 let, umre zaradi fizičnega nasilja in zanemarjanja: od tega dva otroka na teden v Nemčiji in Veliki Britaniji in trije na teden v Franciji (2). Tveganje za smrt je najvišje za malčke, stare od enega do štirih let. Podobno velja v ZDA, kjer so v raziskavi NE-SARC (National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions) ugotavljali v letih

2001–2005 porast čustvenega zanemarjanja pri do 9,2 odstotka otrok (3).

Tudi pri nas opažamo veliko nasilja za štirimi stenami, več je poročanega zanemarjanja otrok. V raziskavi Centra za socialno psihologijo in študije mladine na Fakulteti za družbene vede je petina učencev osmih razredov slovenskih osnovnih šol označilo nasilje v svojih družinah za resen problem (4). Pri nas je leta 2005 nasilje v družini, v kar dveh tretjinah tako psihično kot fizično, osebno doživela slaba petina vprašanih, od tega kar tri četrtine v otroštvu. V raziskavi Zveze prijateljev mladine Slovenije iz leta 2005 pa je kar tri četrtine staršev menilo, da je blažje telesno kaznovanje otrok vzgojno upravičeno (5). Poročilo policije za leti 2014 in 2015 kaže, da je bilo v teh letih obravnavanih 1.601 in 1.267 primerov nasilja v družini (6). Mladoletne osebe so odvzeli v 369 in 329 primerih. Zanemarjanje mladoletne osebe in surovo ravnanje je bilo obravnavano v 525 in 424 primerih. Skupaj je bilo tovrstnih obravnav nasilja v družini v teh letih 6.066 in 5.139.

Zatiskanje oči in pilatovsko umivanje rok, češ da pri nas z otroki ravnamo »lepo«, torej ne drži. Tudi otroci v Sloveniji so žrtve nasilja, ki se večinoma dogaja znotraj družine, za štirimi stenami. Večinoma gre za discipliniranje, ki pa je lahko tudi telesno, kruto in ponižujoče kaznovanje.

Nevrofiziološke spremembe v delovanju možganov po izkušnji nasilja

Otroci z izkušnjo nasilja se kasneje v odrasli dobi soočajo s številnimi težavami, tako na biološkem, sociološkem kot ekonomskem področju (7). Zaradi kritičnih obdobj v razvoju so namreč njihovi možgani bolj ranljivi za tovrstne

izkušnje. Za celotno otroštvo je značilno izjemno hitro in učinkovito učenje, ki je povezano z občutljivimi obdobji, ki so časovno širša kot kritična obdobja. V občutljivem obdobju, ki ga uravnavajo posebne molekule, vezane na biološko notranjo uro, izkušnje nepovratno vplivajo na razvoj določenih predelov živčevja (8).

Pri otrocih z izkušnjo nasilja prihaja do potrativatskih stresnih reakcij (9). Otroci posledično razvijejo prilagoditvene motnje in vedenjske težave (10), ki lahko vztrajajo v odraslo dobo in jih ovirajo pri doseganju zmoglosti, s katerimi so bili rojeni.

Za zanemarjanje je znano, da vpliva na aktivnost osi hipotalamus–hipofiza–nadledvičnica (os HHN) (7), ki je ključna za izločanje in metabolizem stresnih hormonov. Dražljaji iz limbičnega sistema v možganih aktivirajo nevrone v paraventricularnem jedru hipotalamusa. Ta sprosti kortikotropin sproščajoči hormon (CRH) in vazopresin, ki sprožita izločanje kortikotropina (ACTH). Kortikotropin preko krvnega obtoka doseže nadledvični žlezi, ki tvorita in izločata kortizol. Njegova funkcija je povišanje krvnega tlaka, krvnega sladkorja in imunosupresija – utišanje imunskega odziva na vnetje. Na ta način kortizol pripravi telo na ustrezen odziv ob stresni situaciji: izjemno količino energije za boj, beg in rešitev. Hkrati telo ustavi vse procese, ki niso nujni za obstoj v tistem trenutku.

Otroci z izkušnjo nasilja imajo povišane vrednosti bazalnega kortizola. Ko odrastejo, ob stresni situaciji njihove bazalne vrednosti kortizola ne narastejo kot običajno, narastejo pa vrednosti ACTH. Ena od prilagoditev na kronični stres je namreč zmanjšanje števila receptorjev CRH (11). Kronično povišane vrednosti CRH imajo odrasli z izkušnjo nasilja v otroštvu in ob tem povezane težave z razdražljivostjo, agresijo, odvisniškimi vedenji, depresijo, pretirano vzdražnostjo simpatičnega sistema in znaki potrativatskega sindroma (7,

11). Vzporedno z osjo HHN se aktivira simpatiko-adrenalni sistem (avtonomno simpatično živčevje), ki postane pretirano vzdražno, in sredica nadledvične žleze, ki deluje kot pri stalnem stresu, dokler se ne izčrpa in otopi.

V hipokampusu, ki predstavlja center za spomin, so receptorji za stresne hormone. Vpliv stresnih hormonov na velikost hipokampusa pri različnih psihiatričnih stanjih, vključno s potrativatsko motjo, spominja na obrnjeno črko U. Pri podaljšanem stresu se hipokampus skrči. Arborizacija nevronov se pod vplivom stresa zmanjša, vendar pa je sprememba dinamična in reverzibilna. Tak hipokampus je bolj dovzeten za nadaljnje metabolične vplive, kar lahko vodi v dokončen propad nevronov (12).

Čustvene zlorabe spremenijo povezljivost (konektivnost) med amigdalo in hipokampusom (13). Funkcionalna povezljivost med amigdalo in medialno prefrontalno skorjo, posteriornim delom cingulate skorje, putamnom, talamusom in kavdatumom je zmanjšana. Odvisna je od količine oksitocina. Nakazuje se možnost, da imajo ljudje z izkušnjo nasilja iztirjen, poleg stresnih hormonov, tudi oksitocinski odgovor. Raziskave oksitocina pri v otroštvu zlorabljenih sicer niso enoznačne, se pa nakazujejo povezave tako s potrativatskim sindromom, shizofrenijo kot tudi gastrointestinalnimi težavami, kot je npr. bruhanje pri hyperemesis gravidarum (14).

Nasilje nad otroki vodi v strukturne spremembe v možganih zlasti v čelnih režnjih s povečano aktivacijo levega medialnega frontalnega in srednjega cingulatnega girusa, kar je značilno za osebe s potrativatsko stresno motnjo (15). Spremenjeno delovanje prefrontalne skorje vodi v trajne spremembe, ki ne omogočajo učinkovitega zorenja možganov; pogosto se pridružijo težave pri samonadzoru in empatiji. Spremembe zajamejo tudi limbični sistem, kalozni korpus ter male možgane (16). Posledično imajo otroci težave z vzdrževa-

njem pozornosti in navezanostjo. Limbični sistem z amigdalama in hipotalamusom, kjer so centri za čustva, strah in jezo ter občutke zadovoljstva, so strukture, ki so ključne za naše čustveno in izpolnjujoče življenje. Manjša količina sivine je v nekaterih raziskavah opisana tudi v predelih senčničnega režnja in parahipokampnega girusa, katerega večji del predstavlja hipokampus.

Zaključek

Medicina in nevroznanost sta v svojih spoznanjih jasni in enoznačni: nasilje nad otroki je nesprejemljivo! Med zlorabe otrok spadajo fizično nasilje, kamor sodijo tudi zausnice, šeškanje in navijanje ušes; spolno nasilje, čustveno nasilje in zanemarjanje. Vzganjanje z nasiljem ni vzganjanje, pač pa zgolj nasilje. Pogosto je izraz lastne nemoči, a je kljub temu neopravičljivo in nesprejemljivo.

Nasilje v družini se še vedno prepogosto razume kot zasebna, družinska zadeva. Vendar gre za skupni družbeni, tudi javnozdravstveni problem, ki ga lahko dolgoročno zmanjšujemo in omejujemo s spodbujanjem ničelne tolerance do vseh oblik nasilja ter ustreznim ukrepanjem, tako na zasebni kot strokovni ravni (17).

Nasilje nad otroki predstavlja eno najbolj grobih kršitev otrokovih pravic. Otroci z izkušnjo nasilja živijo med nami. Da bi polno zaživel tudi z nami, pa jih moramo videti, slišati in podpreti, da bodo lahko zaživel polno življenje kljub težkim življenjskim izkušnjam.

Literatura:

1. UNICEF. Konvencija o otrokovih pravicah. Dosegljivo 7.7.2016 s spletne strani: <http://www.unicef.si/vsebinska/101/konvencija%20o%20otrokovih%20pravicah>
2. UNICEF. Innocenti Research Centre. Violence against children in Europe. 2005. Dosegljivo 7.7.2016 s spletne strani: https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/violence_against.pdf
3. Keyes KM, Eaton NR, Krueger RF, McLaughlin KA, Wall MM, Grant BF, in drugi. Childhood maltreatment and the structure of

- common psychiatric disorders. Br J Psychiatry 2012; 200 (2): 107–115. Dosegljivo 7.7.2016 s spletne strani: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3269653/>
- Ule M, Rener T, Mencin Čepelak M, Tivadar B. Socialna ranljivost mladih. Ministrstvo za šolstvo in šport RS, Urad RS za mladino, Založba Aristej, Ljubljana 2000.
 - Milenović N. Nasilje staršev nad otroki v Sloveniji. Diplomsko delo. Filozofska fakulteta, Univerza v Mariboru; Maribor 2010.
 - Ministrstvo za notranje zadeve, Policija, Služba generalnega direktorja policije, Sektor za odnose z javnostmi in Sektor za razvoj in sistemske naloge, Oddelek za načrtovanje in analitiko. Poročilo o delu policije za 2015. Policija, MNZ RS Slovenije; Ljubljana 2016.
 - Tsavoussis A, Stawicki SPA, Stiocea N, Papadimos TJ. Child-Witnessed Domestic Violence and its Adverse Effects on Brain Development: A Call for Societal Self-Examination and Awareness. Front Public Health 2014; 2: 178. Dosegljivo 7.7.2016 s spletne strani: doi: 10.3389/fpubh.2014.00178
 - Bregant T. Razvoj, rast in zorenje možganov. Psihološka obzorja 2012, 21(2), 51–60. Dosegljivo 7.7.2016 s spletne strani: http://psiholoska-obzorja.si/arhiv_clanki/2012_2/bregant.pdf.
 - Delima J, Vimpani G. The neurobiological effects of childhood maltreatment: an often overlooked narrative related to the long-term effects of early childhood trauma? Fam Matters 2011; 89: 42–52.
 - Kilpatrick KL, Litt M. Post-traumatic stress disorder in child witnesses to domestic violence. Am J Orthopsychiatry 1997; 67(4): 639–44.
 - De Bellis MD, Zisk A. The biological effects of childhood trauma. Child Adolesc Psychiatr Clin N Am 2014; 23(2): 185–222. Dosegljivo 7.7.2016 na spletni strani: doi: 10.1016/j.chc.2014.01.002
 - Conrad CD. Chronic Stress-Induced Hippocampal Vulnerability: The Glucocorticoid Vulnerability Hypothesis. Rev Neurosci 2008; 19(6): 395–411.
 - Fan Y, Pestke K, Feeser M, Aust S, Pruessner JC, Boeker H in drugi. Amygdala-Hippocampal Connectivity Changes During Acute Psychosocial Stress: Joint Effect of Early Life Stress and Oxytocin. Neuropsychopharmacology 2015; 40 (12): 2736–44.
 - Seng JS. Posttraumatic oxytocin dysregulation: Is it a link among posttraumatic self disorders, posttraumatic stress disorder, and pelvicvisceral dysregulation conditions in women? Trauma Dissociation. J Trauma Dissociation 2010; 11(4): 387–406.
 - Carrion VG, Weems CF, Watson C, Eliez S, Menon V, Reiss AL. Converging evidence for abnormalities of the prefrontal cortex and evaluation of midsagittal structures in pediatric posttraumatic stress disorder: an MRI study. Psychiatry Res 2009; 172(3): 226–341.
 - De Bellis MD, Kuchibhatla M. Cerebellar volumes in pediatric maltreatment-related posttraumatic stress disorder. Biol Psychiatry 2006; 60(7): 697–703.
 - Prepoznava in obravnava žrtev nasilja v družini v okviru zdravstvene dejavnosti – POND. Nasilje v družini. Dosegljivo 7.7.2016 s spletne strani: <http://www.prepoznajnasilje.si/nasilje-v-druzini>

Nevaren dom

Mag. Nina Mazi, dr. med., Ljubljana

Kultura varnosti, ki se pospešeno uveljavlja v podjetjih in institucijah, postaja vse pomembnejša tudi med domačimi štirimi stenami, kjer je človek praviloma bolj nepreviden, brezskrben in lahkomišeln kot na delovnem mestu in v prometu.

Dom, ki bi človeku moral predstavljati oazo miru, varnosti, brezskrbnosti, sproščenosti in udobja, po ugotovitvah strokovnjakov in po podatkih zdravstvenih statistik nemalokrat ravno nasprotno predstavlja resno grožnjo človekovi varnosti, zdravju, vitalnosti in kakovosti življenja. Tipično moderno domovanje postavlja sodobnega človeka pred vrsto izzivov, o katerih običajno ne razmišlja oz. se jih ne zaveda, dokler se z njimi ne sooči v živo. Izsledki ameriških statističnih raziskav pričajo, da se v tipičnem ameriškem domu skriva vrsta nevarnosti, ki botrujejo dejstvu, da vsako leto več kot 18.000 ljudi (po nepotrebnem) izgubi življenje zaradi poškodb in nesreč med domačimi štirimi stenami, ki naj bi jih varovale pred nevarnostmi. V Veliki Britaniji število smrti presega 600, skoraj 3 milijone pa jih zaradi neustrezne varnosti med domačimi štirimi stenami vsako leto poišče pomoč na urgenci. Najbolj ogroženo skupino predstavljajo najmlajši – otroci in malčki, sledijo pa jim najstarejši – seniorji. Domače okolje tako predstavlja drugo najbolj nevarno lokacijo (takoj za najbolj frekventnimi prometnicami). Za

lastno varnost med domačimi stenami lahko vsakdo največ stori sam. Za izboljšanje razmer na tem področju na srečo ni potrebno veliko denarja. Strokovnjaki iz zveznega združenja za varnost National Safety Council in združenja za varnost doma, The Home Safety Council, poudarjajo, da je mogoče tudi v času največjega pomanjkanja in krize učinkovito skrbeti za varno in udobno domovanje. Med najbolj nevarne grožnje v zavetju lastnega doma sodijo: padci (vodilni vzrok smrti med domačimi štirimi stenami), ki na leto terjajo najmanj 6000 življenj. Sledijo jim zastrupitve s 5000 smrtnimi žrtvami, na tretje mesto se uvrščajo opekline in požari, ki botrujejo 3000 smrtim na leto, na četrtem so zadušitve s 1000 izgubljenimi življenji, na petem pa utopitve, ki zahtevajo od 800 do 1000 življenj na leto. Poškodbe in nesreče so ZDA že leta 2012 stale 282,3 milijarde dolarjev.

Podobno stanje po ocenah raziskovalcev vlada tudi na stari celini. Naloga zdravnikov in njihovih sodelavcev (ki jo mnogi zanemarjajo) pa je, da ljudi posvarijo oz. spodbudijo njihovo previdnost in jim pomagajo, da se učinkovito izognejo pretečim nevarnostim med domačimi štirimi stenami.

Viri: www.hsc.com, www.safetyathome.com, *Safety Culture (2014), Nathan Crutchfield & James Roughton*