

Дети часто плачут в первые несколько месяцев жизни. На самом деле 2–3 часа плача в день нормально для здоровых младенцев, так как они развиваются и привыкают к жизни вне матки. К 3 месяцам даже самые капризные дети плачут намного меньше. Вот несколько полезных советов.

Детский желудок все еще развивается

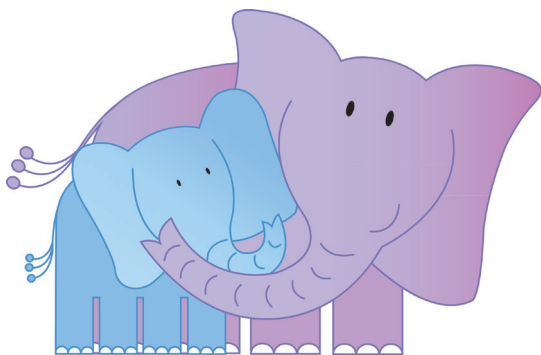
Несмотря на то что пищеварительная система развивается в течение первого года жизни, молоко или смесь могут выходить назад. Как правило, это не вредно, но дискомфорт может вызывать плач ребенка. Держите ребенка в вертикальном положении во время кормления и как минимум в течение получаса после кормления. Это помогает продвижению пищи.

У детей отходят газы — в большом количестве!

Во время кормления младенцы могут заглатывать воздух до тех пор, пока не выработают ритм, необходимый для сосания, глотания и дыхания. Газ также может накапливаться, если ребенок не переваривает грудное молоко или смесь. Плач может быть признаком боли, связанной с накоплением газов. Он также может быть причиной боли, так как дети заглатывают воздух, когда плачут.

Некоторые дети просто более чувствительные

Шум, свет и даже грязный подгузник могут не беспокоить одного ребенка, а другого довести до плача! Невозможно изменить природный темперамент ребенка, но вы можете успокоить его, прежде чем плач станет нестерпимым.



Как успокоить ребенка

- Покачайте ребенка или погуляйте с ним
- Дайте ребенку пустышку
- Запеленайте ребенка (плотно заверните в мягкое одеяло, при этом его руки должны быть прижаты к бокам)
- Повозите ребенка на машине или покачайте на качелях для младенцев
- Поговорите с ребенком или спойте ему песню
- Создайте «белый шум» (звук «шшш», гудение фена или сушилки для белья)

Как облегчить отхождение газов

- Вызывайте отрыжку у ребенка во время или после кормлений — после 4–6 ст. ложек смеси или при смене груди. (Не стоит беспокоиться, если ребенок отрыгивает не всегда!)
- Положите ребенка на спину и сгибайте его ноги, выполняя «велосипед».
- Помассируйте животик ребенка с помощью круговых движений.
- Попробуйте использовать средство от газов, например детские капли MYLICON®.* При использовании по назначению данный препарат безопасен для детей любого возраста (вы можете давать его во время кормления или по необходимости до 12 раз в день).

По поводу плача или дискомфорта при кормлении проконсультируйтесь с врачом.

* Использовать только по назначению. Не более 12 доз в день.



Скачайте **БЕСПЛАТНОЕ** приложение для контроля самочувствия ребенка **Kids' Wellness Tracker**

Приложение для контроля роста, веса, ИМТ, симптомов и приема лекарств ребенка, календарь прививок, а также расчет дозы препаратов.

