**Первый день младенца дома.**

**Возвращение из роддома**

**Первое купание малыша**

**Отход младенца ко сну**

Независимо от возраста, расы и национальности, каждая женщина, когда становится матерью обретает новый смысл в жизни. Появление на свет младенца становится важным моментом в развитии каждой семьи. Начинается новый виток в развитии не только для новорождённого, но и для его родителей. Каждая женщина должна научиться уделять время не только своему мужу, работе, домашним делам, но и ребёнку, который в ней так сильно нуждается.

Ребёнок в семье, требует особого к себе отношения и окружения. Соблюдая несложные правила, можно значительно облегчить жизнь себе и сделать окружающий мир малыша более безопасным. Начнём с самого начала.

**Возвращение из роддома**

Для малыша должно быть приготовлено всё необходимо: кроватка, постель, одежда, полотенца (с капюшоном для купания, маленькие для гигиены), ванночка, гигиенические принадлежности (водный термометр, ножницы маникюрные, ватные палочки, марганцовка, крем, тальк). Влажная уборка комнаты должна производиться ежедневно (ни в коем случае не использовать вещества с сильным запахом), проветривание обязательно – 10-30 минут в зависимости от сезона и погодных условий (ни в коем случае нельзя оставлять малыша во время проветривания в комнате).

**Первое купание малыша**

Во время первого купания температура воды должна быть 36-37 градусов. Опустив водный термометр в ванночку и подождав 3-5 минут, можно с точностью определить температуру воды. Опуская ребенка в воду, обязательно нужно удерживать головку рукой. Первое купание не нужно сильно затягивать, 5-15 минут вполне достаточно, для того, чтобы младенец познакомился с этой процедурой. Искупав, необходимо закутать ребенка в полотенце и отнести на пеленальный столик или другое место, приготовленное для того, чтобы обтереть и одеть малыша.

**Пеленание**

Сейчас идёт очень много разговоров о том, стоит ли пеленать ребёнка или сразу одевать его в ползунки. Проведены многочисленные исследования, которые говорят в пользу как одного, так и другого способа. Но на данный момент даже Министерство здравоохранения не приняло определенной позиции. Поэтому решать самим родителям. Но в любом случае нужно учитывать следующие моменты: малышу должно быть комфортно, не должно быть никаких грубых натирающих швов, тугих резинок, затянутых шнурков, слишком тёплых вещей и конечно же, вещи должны быть чистыми и выглаженными.

**Отход младенца ко сну**

После того, как малыш искупался и оделся, необходимо его покормить. Независимо от того находится малыш на грудном вскармливании или на искусственном, при кормлении легкое покачивание не повредит. Как только малыш наестся, не забудьте подержать его вертикально и можно спокойно отправляться спать в кроватку и смотреть свои первые яркие сны.