<https://text.ru/spelling/5f3c1fd7b8076> (8516 збп)

Ребенок в 1 месяц. Сложности и этапы развития.

Если в первые в первые недели ваш ребенок был только с вами, это может показаться вам невыносимым.

По мере того, как проходит время, вы постепенно привыкаете к этому новому маленькому человеку в своей жизни, вы, возможно, скоро почувствуете себя более уверенно и комфортно.

Но не расслабляйтесь! Новорожденные быстро развиваются и меняются, и ваш ребенок будет держать вас в напряжении в этом месяце.

Чтобы помочь вам почувствовать себя более подготовленными, мы наметим некоторые типичные этапы развития малыша. Расскажем, что вам нужно знать о кормлении и сне на этом этапе, и дадим вам предупреждение о потенциальных проблемах, с которыми вы можете столкнуться.

**Этапы развития ребенка.**

Ваш ребенок уникален и вы, конечно, знали об этом. И это нормально, что он растет в своем собственном темпе.

Не удивляйтесь, если развитие вашего ребенка в одной области, кажется, отстает на несколько недель - вскоре он наверстает упущенное.

**Рост и физическое развитие.**

Кажется, ваш ребенок вырастает из одежды со сверхзвуковой скоростью? В среднем младенцы за этом месяц наберут от 2 до 8 см в длину и от 600г до 900г в весе.

Важно то, что ваш ребенок растет стабильными темпами. Однако время от времени у вашего ребенка будут наблюдаться скачки роста.

Вы можете заметить, что голова вашего ребенка непропорционально больше, чем его тело. Это совершенно нормально: ее голова растет немного быстрее, и ее тело скоро догонит.

**Чувства: глаза на погремушку.**

В каждый момент бодрствования ваш ребенок медленно воспринимает окружающие его виды, звуки и запахи.

В этом месяце ваш ребенок, возможно, сможет лучше сосредоточиться на лицах и объектах и ​​вскоре может начать отслеживать их глазами, когда они движутся перед ним.

**Движение: работа над мышцами ног.**

В этом месяце движения вашего ребенка будут в основном рефлекторными, но некоторые рефлексы, могут постепенно исчезать и заменяться более контролируемыми движениями.

Когда он лежит на животе, он может ненадолго поднять голову и начать больше вытягивать руки.

Он также начнет подтягивать и выбрасывать ноги. Это может показаться мелочью, но на самом деле он много работает, чтобы укрепить мышцы ног.

**Плач и общение: мама, мне скучно или я голоден!**

В этом месяце ваш ребенок сможет более четко общаться. Например, если ему скучно, он может дать вам знать об этом своим плачем.

Если ему интересно, он может ответить улыбкой.

В это же время вы уже сможете начать различать его голодные, усталые и раздраженные крики.

**Как поддержать развитие вашего малыша?**

Вот что вы можете попробовать в этом месяце:

**Обниматься.** По возможности обнимайте ребенка - это отличный способ сблизиться с ним!

Эксперты говорят, что чем быстрее и стабильнее вы утешаете своего ребенка, когда он расстроен в первые шесть месяцев, тем менее требовательным он может быть, когда станет старше.

**Визуальная стимуляция.** На этом этапе ваш ребенок может предпочесть смотреть на предметы с прямыми линиями, например на полосы или узор в виде шахматной доски. Выбирайте игрушки с яркими контрастными цветами и узорами, и он ​​не сможет оторвать глаз от этого зрительного праздника!

**Тактильные игрушки.**

Ваш ребенок тоже познает мир через прикосновение. Подарите ему игрушки разной текстуры, формы и размера.

**Разговор с малышом.**

Разговаривайте с малышом, позволяя ему «разговаривать» с помощью воркования, бульканья и улыбки.

Разговаривайте с ним, используя слова, звуки и выражения лица.

Со временем ваш ребенок научится подражать вам, поэтому эти ранние «разговоры» очень полезны для его развития.

**Первые гимнастики.**

Аккуратно вытяните ручки малыша перед собой, двигайте ножками малыша, как если бы он ехал на велосипеде, массируйте животик.

Все это помогает развивать его мышцы и учить движениям.

**Связь.**

Обеспечение безопасности и доверия, позволяет малышу полностью раскрыть свой потенциал.

Однако имейте в виду, что младенцы могут усвоить не так много новой информации.

Следите за признаками того, что вашему ребенку достаточно - он может отвернуться или заплакать. В этот момент дайте ему возможность отдохнуть.

**Кормление месячного ребенка.**



Сколько кормить месячного ребенка?.

Продолжайте кормить ребенка, тогда, когда он кажется вам голодным или примерно каждые три-четыре.

**Отрыжка вашего ребенка.**

Младенцы могут глотать воздух во время кормления - чаще, когда их кормят из бутылочки, чем когда кормят грудью.

Этот проглоченный воздух может вызывать у них дискомфорт и беспокойство. Чтобы помочь, отрыгните ребенка во время кормления из бутылочки или когда вы переключаете его с одной груди на другую.

**Сколько сна нужно месячному ребенку?**

В этом возрасте младенцы спят от 14 до 17 часов в день. Если повезет, ваш ребенок может начать спать дольше примерно с 6-недельного возраста.

Возможно, вы чувствуете сильную усталость, но в конце туннеля горит свет: со временем цикл сна вашего ребенка будет постепенно приближаться к вашему.

Конечно, со временем у вашего ребенка выработается распорядок дня, но сейчас важно позволять ребенку спать, когда он сонный.

Всегда укладывайте ребенка спать на спине.

Если ваш ребенок плачет, когда вы его укладываете, успокойте его, покачивая, включив расслабляющую музыку или мягко поговорив с ним.

**Ранние гигиенические привычки**

Возможно, вы уже научились этому, и ваш ребенок с нетерпением ждет этого удовольствия от купания.

Примите ванну вместе и получите новые совместные эмоции.

**Здоровье вашего ребенка: когда возникают колики и слезы?**

Все дети время от времени плачут, но плач может быть состоянием, называемым коликами, если:

* ребенок плачет каждый вечер часами напролет;
* плач звучит пронзительно;
* плач кажется без видимой причины;
* Вытягивание или подтягивание ног к животу;
* Увеличенный или растянутый живот;
* Выгнутая спина;
* Сжатые кулаки;
* Покрасневшее лицо после долгого плача;
* вам трудно успокоить его, когда он плачет.

Колики часто начинаются, когда ребенку исполняется 2–4 недели, и могут длиться, пока ребенку не исполнится примерно 3–4 месяца.

Эксперты расходятся во мнениях о причинах колик, вот некоторые потенциальные причины:

**Газы.**

Возможно, ваш ребенок плачет из-за дискомфорта, связанного с газами.

Если вы заметили, что у вашего ребенка вздутие живота и газы во время плача, это может быть причиной.

Не перекармливайте ребенка. Если его живот кажется раздутым от газа, попробуйте положить его на свои колени на живот, так как это дополнительное давление на живот, принесет облегчение.

**Чувствительность к стимуляции.**

Ваш ребенок может чувствовать себя подавленным и долго не успокаиваться, что заставляет его плакать.

Вы можете попытаться успокоить его, удерживая его на руках во время прогулки, покачивая в кресле-качалке или усаживая в вибрирующее детское кресло.

**Пищевая чувствительность.**

Некоторые дети, находящиеся на грудном вскармливании, могут быть непереносимыми или чувствительными к еде из рациона мамы.

В редких случаях дискомфорт может быть вызван чувствительностью к молочному белку в смеси.

В любом случае проблему нужно определить и устранить, чтобы избежать проблем в дальнейшем.

**Медицинская проблема.**

В некоторых случаях ваш ребенок может реагировать на дискомфорт, вызванный болезнью или другой проблемой, такой как грыжа, которую врач вашего ребенка сможет проверить и вылечить.

Хотя колики обычно длятся всего несколько месяцев, это может показаться целой вечностью. Иногда кажется, что ничто не помогает ему успокоить, и ваши нервы могут пошатнуться.

**Никогда не трясите ребенка.**

Вместо этого оставьте его в безопасности на короткое время в его кроватке и сделайте перерыв в другой комнате или попросите кого-то позаботиться о нем в течение нескольких часов, чтобы у вас было заслуженное «время для меня».

Другие проблемы со здоровьем, о которых следует знать, включают:

**Себорейный дерматит.**

Это заболевание состоит из чешуйчатых пятен на голове вашего ребенка. Может помочь мытье волос и аккуратное расчесывание чешуек. В противном случае лечащий врач вашего ребенка может порекомендовать специальный шампунь.

**Диарея.**

Если у вашего ребенка жидкий, водянистый стул, который превышает количество кормлений в день, сообщите об этом своему врачу.

**Запор.**

Если у вашего ребенка не было дефекации в течение нескольких дней, и это необычно для него, или если вы думаете, что у него может быть запор, обратитесь к своему врачу.

**Рвота.**

Если у вашего ребенка сильная рвота более 8 часов или после нескольких кормлений, или если какой-либо вид рвоты сопровождается лихорадкой или диареей, срочно обратитесь к врачу.

**Срыгивание.**

Срыгивание небольшого количества жидкости после кормления грудью или отрыжки может быть нормальным явлением, особенно если это происходит примерно в течение часа после кормления.

Если ваш ребенок кажется раздражительным во время кормления или показывает какие-либо другие признаки плохого самочувствия, обратитесь к врачу, чтобы убедиться, что все в порядке.

**Детские прыщи.**

В начале этого месяца на лице вашего ребенка могут появиться прыщи.

Считается, что они являются результатом передачи гормонов ребенку через плаценту, которые вызывают стимуляцию сальных желез. Попробуйте умываться раз в день мягким детским мылом.

**Регулярные посещения врача и иммунизация.**

Регулярные осмотры на этом раннем этапе обычно проводятся, когда вашему ребенку исполняется 1 месяц, и снова, когда ему исполняется 2 месяца.

Во время регулярных осмотров вашего ребенка врач проверяет рост, вес и развитие вашего ребенка.

Запланируйте или сделайте прививки, которые могут потребоваться в данном возрасте.

Возможно, вы почувствуете себя более уверенно в этом месяце, поскольку некоторая неуверенность, которую вы, возможно, чувствовали в течение первых нескольких недель, начинает исчезать.

По возможности больше отдыхайте, пейте много воды и обязательно хорошо питайтесь.

И на последок один важный вопрос, который чаще всего возникает в этот период:

**Можно ли ребенку пользоваться соской-пустышкой?**

Если вы кормите грудью, то лучше от этого воздержаться.

Вы можете использовать грудь всякий раз, когда нужно успокоить вашего малыша.