**Małgorzata Janik**

**Ratowniczka medyczna**

**mamanasygnale@gmail.com**

**Można do mnie napisać również na Facebooku oraz Instagramie *mamanasygnale***

**W jaki sposób zabezpieczyć łóżeczko, aby dziecko się nie uderzyło w nocy?**

Uderzenie dziecka o szczebelki łóżeczka nie stanowi zagrożenia dla jego zdrowia, a tym bardziej życia. W przypadku najmniejszych dzieci dobrym rozwiązaniem będzie ochraniacz o ile zostanie on zamontowany zgodnie z zaleceniami producenta – prawidłowo zawiązany i odpowiednio nałożony na szczebelki. Z biegiem tygodni, kiedy dziecko staje się bardziej ruchliwe – ochraniacz staje się bardziej niebezpieczny, bowiem dziecko może go mimowolnie odwiązać, owinąć się nim lub może on przyczynić się do ograniczenia drożności dróg oddechowych

**Czy rośliny mogą być groźne?**

Tak! Wiele roślin domowych może stanowić zagrożenie dla dzieci, zwłaszcza tych, które samodzielnie zwiedzają każdy kąt i odkrywają świat przeżuwając wszystko, co dostanie się w ich rączki. Rośliny doniczkowe powinny znaleźć się poza zasięgiem dziecka, ponieważ niektóre mogą prowadzić do silnych reakcji alergicznych, podrażnień gardła i oczu a nawet obrzęku gardła, co może zakończyć się problemami z oddychaniem. Do trujących roślin doniczkowych zalicza się przede wszystkim: difenbachię, hoja, skrzydłokwiat czy fikus. Należy również pamiętać o roślinach ogrodowych, a zwłaszcza uważać na konwalie, trzmielina (popularna na żywopłot), mak oraz czerwone owoce cisu.

**Ochraniacz do łóżeczka - warkocz, czy warto?**

Trudno odpowiedzieć mi na to pytanie, ale wypowiem się z własnego doświadczenia. Nigdy nie stosowałam przy żadnym dziecku ochraniaczy na łóżeczko – czy to klasycznych, czy warkocza. Prawidłowy przepływ powietrza oraz widoczność dziecka w łóżeczku były dla mnie priorytetem. Jeśli warkocz jest montowany w sposób stabilny – na zasadzie przeplatania przez szczebelki – i nie ma możliwości, że dziecko go zdejmie, wyszarpie i owinie się nim lub dojdzie do zablokowania dróg oddechowych, można z niego skorzystać. Czy warto? Nie wiem ☺

**Jakich zabawek do 3 roku życia absolutnie nie dawać dziecku, a jakie pani poleca?**

Nie polecam żadnych zabawek, które są małej średnicy oraz składają się z elementów, które dziecko może rozmontować. Dostosowanie zabawek jest uzależnione od rozwoju dziecka – niektóre dzieci układają małe klocki od 2. roku życia nie wykazując zainteresowania tym, by je zjeść, a inne dzieci potrzebują na to więcej czasu. Należy podążać za dzieckiem. Klocki, koraliki, plastelina i piasek kinetyczny bez nadzoru rodzica, drobne puzzle – tego na pewno nie powinno używać dziecko, które wciąż jest zainteresowane braniem przedmiotów do budzi. Szczególnie należy uważać również na zabawki elektroniczne, na baterie. Źle dokręcona śrubka może spowodować jej wypadnięcie i wzbudzić zainteresowanie dziecka.

Zabawki, które bardzo lubię to duże układanki, piłki sensoryczne, książki. Zdecydowanie polecam bezpieczne sprzęty domowe do zabawy – miski, łyżki drewniane, pojemniki plastikowe, a dla rodzica wówczas zatyczki do uszu ☺

**W którym miejscu w pokoju najlepiej umieścić łóżeczko?**

Odradzam miejsce przy oknie i kaloryferze. Zdecydowanie blisko swojego łóżka, żeby można było widzieć maluszka i mieć ułatwiony dostęp do niego w nocy.

**Czy poleca Pani dostawki? Są one bezpieczne?**

Nigdy nie stosowałam dostawki u swoich dzieci jednak wiem, że posiadają one specjalne mocowania do łóżka i tylko takie bym polecała, aby uniknąć niezamierzonego odsunięcia łóżeczka i wypadnięcia z niego dziecka. Jest to dobra alternatywa dla rodziców, którzy nie chcą/boją się spać z dzieckiem w jednym łóżku, a dla dziecka wyjątkowo ważna jest bliskość mamy czy taty.

**Jakie leki na kolki można podawać dziecku?**

Przy trzecim dziecku przerobiłam kolki przez cztery miesiące z zegarkiem w ręku. Można podawać dziecku symetykon (znany Espumisan czy Bobotic) zgodnie z zaleceniami lekarza. Ja osobiście większy rezultat widziałam po kołysaniu, noszeniu dziecka a także ciepłych okładach. Stosowałam też szumy, które pomagały się wyciszyć.