

Tomasz

czy sen z pol otwartymi oczami to coś do niepokoju dziecko 7 miesięcy (najczęściej zdaza sie to na spacerach)

Zapewne to faza snu płytkiego, która na tym etapie nadal dominuje w łącznej ilości snu dziecka.

Monika

W jakiej pozycji kłaść noworodka w nocy?

Najbezpieczniejsza pozycja do spania to ta na pleckach.

Ann

jak pporadzić sobie z gorszym snem maluszka w trakcie zabkowania?

Starać się łagodzić objawy zabkowania. Nie polecam jednak żelów z dodatkiem lignokainy, zamiast nich proszę kupić żel z kwasem hialuronowym w składzie.

Paulina

co zrobić jeśli 10 miesięczne dziecko karmione piersią budzi sie w nocy co godzinie dwie i zasypia tylko przy piersi ? córeczka ma bardzo delikatny sen budzi sie przy kazdym dźwięku i bardzo sie w nocy kreci (przemieszcza sie po łóżku)

Najczęściej jest to efekt ogólnych rytuałów, które mają miejsce przez całą dobę. Warto zastanowić się nad zredukowaniem ilości zabawek interaktywnych i źródeł światła niebieskiego na korzyść światła czerwonego w godzinach popołudniowych i całkowitego zaciemnienia sypialni w nocy. Sen dziecka sterowany jest wyłącznie neurohormonalnie.

Joanna

czy otulacz typu Tulik jest dobrym rozwiązaniem czy ogranicza on dziecko?

Jest zdecydowanie złym rozwiązaniem. Mimowolne ruchy mięśniowe oraz obecność odruchu moro jest niezbędna do prawidłowego rozwoju układu nerwowego oraz kształtowania dobrego napięcia mięśniowego a później właściwej postawy posturalnej.

Magdalena

jak nauczyć dziecko spac w nocy (niemowlak ma długie okresy czuwania w nocy)

Jeśli maluch ma już 4m+ warto popracować nad porami drzemek w ciągu nocy. Od jakości czasu w ciągu dnia (stałe pory drzemek, nie dłuższe łącznie niż 4 godziny, odpowiednia stymulacja w trakcie zabawy, ćwiczenia z niemowlęciem) zależy jakość snu w nocy.

Agnieszka

a jak z maluszkami z kolka? podobno lepiej jest wtedy maluszka "scisnac"

Kolka jest wynikiem przejściowej niedojrzałości enzymatycznej i skurczu jelit. Kolka jest fizjologią, a fizjologii nie leczymy. Spowijanie ni jak się ma do realnej przyczyny.

Małgorzata Glige 13:35:28 moderowany przez: Świadoma Mama

W czym kładziemy spać niemowle? Śpiworek, kołderka, kocyk, rożek, spowite w otulacz?

Rożek, do czasu gdy się w niego mieści, później lekki kocyk lub śpiworek. Śpiworek będzie najbardziej praktycznym rozwiązaniem, bo maluch się z niego nie odkopie.

Alicja

a co zrobić jak się dziecko budzi z krzykiem?

Przyczyna zależy od wieku. Zapraszam na konsultację.

Marta

czy nie poleca pani szumisia do usypiania?

7-10 min na początku zasypiania, później powinno się go wyłączyć, by dziecko mogło wejść w sen głęboki.

Patrycja

Co zrobić w przypadku kiedy roczne dziecko zaczyna się budzić w nocy, wstaje i wyciąga rączki, nie chce się położyć w swoim łóżeczku. Od 3 miesiąca ładnie przesypiał noce, a teraz zaczęły się schody...

Myślę, że to regres snu w 12 miesiącu, proszę o tym poczytać.

Magdalena

kiedy pierwsze skoki rozwojowe (czy płacz może sygnalizować że jest w trakcie skoku)

Pierwszy skok rozwojowy jest zaplanowany na 5 tydzień życia maluszka. Później jeszcze 6 kolejnych. Płacz na pewno sygnalizuje niezaspokojoną potrzebę. W trakcie skoku rozwojowego, który trwa maksymalnie tydzień dzieci są najczęściej „nieodkładane”.

Anna

jesli dziecko sie ciagle budzi w nocy i placz...nawet co 20 min i tylko uspokaja sie tylko przy piersi...co mozna zrobic?

Jeśli przyrost wagi jest prawidłowy zadbać o ok 2 godzinne przerwy na trawienie. Część dzieci je co chwilę bo boli je brzuszek a boli je brzuszek bo znowu jadły. I mamy wtedy efekt błędnego koła.

Agnieszka Adamska 13:36:34 moderowany przez: Świadoma Mama

nie widac tytułu książki

Sen dziecka. T. Brazelton

oraz Świat noworodka. D. Maurer

Ann

jak pomoc córce wejsc w sen głęboki?

Jeśli wybudza się np. zawsze po 40 min, to po ok 30 min być obok i np. kołysać, trzymać za rączkę.

Anna

ile czasu powinno spać 5 miesięczne dziecko?

To zależy od dziecka, ale średnio ok 8-9 godzin w nocy i ok 3 godziny w dzień.

Alicja

moja starsza śpi na brzuchu z tyłkiem wypiętym do góry

Jeśli tak lubi ☺ Urocze.

Magdalena

czy nosidło (tula) to dobre rozwiązanie, by dziecko ciągle było przy mamie ?

Fizjoterapeuta powinien ocenić gotowość malucha do noszenia w chuście/nosidle. Zawsze.

Ann

co zrobić jeśli 5 mczna córka w ciągu dnia zasypia tylko na mnie, na piersi? cały dzień z nią przez to siedzę ☺ już się przyzwyczailam, ale może powinnam coś z tym zrobić

Jeśli obie to akceptujecie to nie widzę w tym nic złego, ale na tym etapie można już próbować odkładać dziecko na drzemki i sen nocny w stałym miejscu i w półśnie.

Ann

jak pomóc córce wejść w sen głęboki?

Jeśli wybudza się np. zawsze po 40 min, to po ok 30 min być obok i np. kołysać, trzymać za rączkę.

Anna

ile czasu powinno spać 5 miesięczne dziecko?

To zależy od dziecka, ale średnio ok 8-9 godzin w nocy i ok 3 godziny w dzień.

Izabela

a czy jakaś poduszka dla noworodka potrzebna?

Noworodek powinien spać na pleckach i na płasko.

Anna

jak przykrywać noworodka? Kocyk czy śpiworek?

Zarówno lekki kocyk (nie z materiału minky w domu) jak i śpiworek będą w porządku.

Diana

Czy dziecko w nocy powinno wybudzać się do karmienia?

Noworodek tak. Jeśli spada mu poziom glukozy może nie mieć wystarczająco siły by obudzić się do karmienia. Jeśli wskaźniki skutecznego karmienia są prawidłowe, może mieć jeden blok snu 5 godzinny w ciągu doby.

Magdalena

dlaczego nie należy kłaść na boku?

Do momentu kiedy dziecko nie potrafi samodzielnie obrócić się z brzuszka na plecki, może to być niebezpieczne gdy rodzic nie ma dziecka w zasięgu wzroku.

Anna

co zrobić gdy dziecko budzi się w nocy i szuka rodzica i tylko zasypia przy rodziców oraz w trakcie snu ciągle sprawdza dotykając ręk czy mama lub tata są obok?

Macie bardzo mądre dziecko, potrzeba bliskości jest jedną z ważniejszych w rozwoju malucha.

Sonia

a otulacz używany jako chwila do uspokojenia a potem gdy zasypia lub się uspakaja to uwolnienie z tego otulacza?

Jeśli to chwila, to tym bardziej niech będą to ramiona kochających rodziców.

Katarzyna Czy można wpłynąć na rytm dzień noc u niemowlęcia? Jeśli tak to w jaki sposób?

Można, poprzez np. wyregulowanie pór drzemek.

Justyna

w czym dziecko układać do snu?

W śpiworku.