

Юлия Лаврова



10 ПРИЧИН ПРОБЛЕМ СО СНОМ У НОВОРОЖДЕННЫХ

Медицина и частный опыт

Юлия Лаврова

**10 причин проблем
со сном у новорожденных.
Медицина и частный опыт**

«Издательские решения»

Лаврова Ю.

10 причин проблем со сном у новорожденных. Медицина и частный опыт / Ю. Лаврова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-983830-8

В книге рассказывается о 10 причинах проблем со сном у детей до года. Родители, у которых есть маленькие дети, очень редко говорят, что выспались. Малыши, особенно новорожденные, просыпаются ночью, а часто и вся семья с ними. В определенном возрасте это нормально, поэтому иногда причины для подъема кажутся очевидными — кормление или мокрый подгузник. Однако много раз родители «рвали волосы», пытаясь понять причины, по которым их ребенок просыпался так много раз прошлой ночью.

ISBN 978-5-44-983830-8

© Лаврова Ю.
© Издательские решения

Содержание

Голод	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

10 причин проблем со сном у новорожденных Медицина и частный опыт

Юлия Лаврова

© Юлия Лаврова, 2020

ISBN 978-5-4498-3830-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Ночные пробуждения новорожденного часто сопровождают молодых родителей в первые месяцы и даже годы жизни ребенка. Что делать, если он слишком часто просыпается? В материале описываются десять причин, почему дети чаще всего просыпаются ночью, как их обнаружить и где искать решение.

Родители, у которых есть маленькие дети, очень редко говорят, что выспались. Малыши, особенно новорожденные, просыпаются ночью, а часто и вся семья с ними. В определенном возрасте это нормально, поэтому иногда причины для подъема кажутся очевидными – кормление или мокрый подгузник. Однако много раз родители «рвали волосы», пытаясь понять причины, по которым их ребенок просыпался так много раз прошлой ночью.

В ситуации стоит подумать о том, что может быть реальной причиной такого пробуждения. Ниже приведен список десяти наиболее распространенных причин, по которым ребенок прерывает свой сон. К счастью, многие из них решаемы, и, таким образом, можно избежать еще одной беспокойной ночи.



Голод

В первые месяцы жизни дети часто просыпаются, чтобы просто поесть, независимо от того, кормят ли их грудью или из бутылочки. Обычно трапеза может быть причиной пробуждения примерно до 7—8 месяцев, но есть и те, которым необходимо более 9 месяцев ночного кормления. Обычно говорят, что после 12 месяцев дети не должны есть ночью. Следует также помнить, что после 6-месячного возраста твердые продукты должны быть правильно введены в рацион малыша в качестве дополнения к молочной диете, такая пища переваривается гораздо дольше молока или смесей (2 и 4 часа соответственно).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.