

ПЕРВЫЙ ГОД жизни ребенка

Режим питания и первый прикорм:

- режим устанавливается постепенно в течение первых 6 месяцев
- прикорм вводят ближе к полугоду
- продукты для прикорма мягкие, пюреобразные — из привычного рациона родителей
- для профилактики запоров давать воду

На что обратить внимание:

- длительные запоры
- кровь в стуле
- сильное вздутие живота
- напряженная брюшная стенка

Если изменения выражены или стул отсутствует более 1–2 дней и это беспокоит ребенка, обязательно сообщите педиатру

Ключевые навыки малыша к первому году:

- садиться и сидеть без поддержки
- многие уже могут стоять самостоятельно или с опорой
- сформирован пинцетный захват пальцами и указательный жест
- малыш бросает предметы и стучит ими
- начинает подражать действиям взрослых
- в арсенале — 8–10 простых слов, но понимает намного больше



Что должно насторожить родителей в поведении ребенка:

- ребенок не ползает совсем или ползает асимметрично
- малыш не реагирует на свое имя и не выполняет простые просьбы взрослых
- отсутствие узнавания близких, особенно мамы
- ребенок никак не реагирует на уход мамы в незнакомой для него обстановке

Сон ребенка до года:

РОДЫ в Москве

- в одной комнате с родителями, но в своей кроватке
- матрас — жесткий или средней жесткости
- в кроватке не должно быть мягких бортиков, одеял, подушек и мягких игрушек
- нельзя курить в комнате, где находится ребенок
- оптимальная температура в комнате от 19 до 22 градусов
- желательно использовать увлажнитель воздуха
- чтобы ребенок не замерз в кроватке, важно его одевать в соответствии с погодой, но не накрывать

Симптомы прорезывания зубов:



- обильное слюноотделение
- беспокойство ребенка
- припухлость и покраснение десен

Профилактика падений:

- **НИКОГДА** не оставляйте ребенка одного на кровати, пеленальном столике или любой другой высокой поверхности
- если необходимо отвлечься, обязательно держите ребенка рукой или попросите другого взрослого присмотреть за ним в этот момент
- можно положить малыша на пол, если нужно выйти из комнаты
- организуйте пространство дома так, чтобы все необходимое было в зоне досягаемости

КАК БЕСПЛАТНО РОДИТЬ В МОСКВЕ, НЕ ПРОЖИВАЯ В СТОЛИЦЕ?

Узнайте о преимуществах столичных роддомов на сайте проекта «Роды в Москве»

Имеются противопоказания. Требуется консультация специалиста.

roddom.msk.ru