

→ ДИТЯЧІ КОЛЬКИ



ЩО ТАКЕ ДИТЯЧІ КОЛЬКИ?

Дитячі кольки — це епізоди інтенсивного плачу або роздратування, що починаються раптово й повторюються, виникаючи без жодної видимої причини. Зазвичай вони виникають пізно ввечері й можуть тривати від декількох хвилин до декількох годин. Вони починаються після 15 днів життя і припиняються приблизно в 4 місяці. Це достатньо поширене явище, що виникає в одного з кожних п'яти немовлят.

ЩО СПРИЧИНЯЄ ДИТЯЧІ КОЛЬКИ?

Точна причина є невідомою, хоча й існують різні гіпотези, згідно з якими причиною може бути, наприклад, гіперчутливість до певних стимулів, травні чинники, що є наслідком природної незрілості дитячого організму, або зміни в кишковій мікрофлорі.

ЯК РОЗПІЗНАТИ КОЛЬКИ?

Їх можна виявити за раптовою зміною в поведінці дитини. Дитина, з якою тільки-но все було добре, починає енергійно плакати, навіть кричить, червоніє, згинає і розгинає ніжки й витягується назад. Живіт стає твердим, іноді відходять гази. Дитина здається голодною, але не заспокоюється, коли її годують.

Тому, хто це спостерігає, ситуація здається серйозною, але це — прояви процесу дозрівання, пов'язаного з адаптацією кишечника, що в більшості випадків завершується наприкінці третього місяця життя. Це не хвороба.

ЦЕ МОЖНА ЯКОСЬ ЛІКУВАТИ?



Щодо використання ліків, напоїв, що сприяють травленню, гомеопатичних засобів, остеопатичних методів тощо не існує достатніх наукових доказів їх ефективності, однак натомість, залежно від випадку, вони можуть спричинити шкоду або інтоксикацію.

→ ДИТЯЧІ КОЛЬКИ

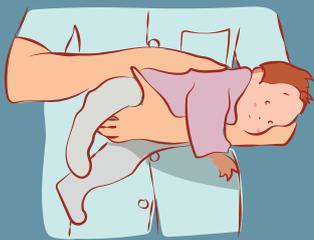
ЩО МЕНІ РОБИТИ?

Будь-якого рішення, що завжди підходило б і було б ефективним у всіх випадках, не існує, хоча допомогти в цій ситуації може таке.

- Намагайтеся щодня формувати звички або ритуали, уникаючи надмірної стимуляції.
- Носіть, колихайте дитину, користуйтеся слінгом, купайте в теплій воді, робіть легкий масаж животика, розгинайте й згинайте ніжки дитини, щоб допомогти виведенню газів; покладіть дитину на своє передпліччя обличчям униз або дайте їй посмоктати груди або соску, якщо її привчено до грудей.
- Якщо дитина смокче молоко дуже жадібно, вона може заковтувати багато повітря. Потримайте дитину кілька хвилин після годування у вертикальному положенні, посадіть або покладіть її обличчям униз на своє передпліччя та лагідно промасажуйте їй спину й живіт, щоб допомогти їй відригнути повітря.
- Годуючи дитину грудьми, перш ніж давати їй другу з них, упевніться, що вона добре спорожнила першу.

Це ситуація, що породжує сумніви, тривогу й розгублення. Намагайтеся дивитися на неї як на минущий процес, шукайте, коли видається вільна хвилина, способи, що допоможуть вам у догляді за вашим немовлям, і зберігайте спокій.

Рекомендовані положення



- Перекладіть дитину долілиць на ваше передпліччя.



- Після годування, потримайте дитину у вертикальному положенні.



- Промасажуйте спинку.