

Обращать ли внимание на плач младенца?

Отвечает старшая медсестра

Младенец еще не разговаривает и не может даже показать на нужный предмет. Как ему общаться, рассказать о своих потребностях? Он использует тот способ, который максимально привлекает внимание взрослых, — плачет. И взрослым ничего не остается, кроме как научиться понимать этот не самый приятный язык.

Ни один здоровый младенец, о котором хорошо заботятся, не будет плакать просто так, без причины. Детский плач — это не способ манипулирования, а средство общения. С его помощью ребенок сообщает о своих потребностях и состоянии. Современная психология утверждает, что чем быстрее мама откликается на просьбы своего малыша, тем меньше нагрузки получает его нервная система и тем быстрее у него возникает чувство уверенности и безопасности. Помните, что избаловать ребенка до 1 года нельзя. Наша задача — ответить на его запрос, не обмануть его доверие, дать ему ощущение надежности этого мира.

Причины плача могут быть разными, но посыл всегда один: ребенок просит мать обратить на него внимание и устранить дискомфорт. Все «требования» малыша можно разделить на несколько групп.

«Хочу есть!». Это громкий крик ярости, который не прекращается даже на руках. Малыш делает ртом сосательные движения, пытается «ловить» грудь, протягивает ручки, делает жалостливое личико. Если мама не дает ему грудь или бутылочку, плач становится захлебывающимся и истеричным. Если плач вызван голодом, после кормления малыш сразу успокоится.

«Мне мокро, неудобно, жарко, холодно...». Любой дискомфорт вызывает у ребенка плач. Возможно, у него мокрый или полный подгузник, появилась опрелость, а, может, шов на одежде трет или распашонка сложилась в неудобную складку и давит на нежную кожу. Малыш может заплакать, если он просто устал лежать в одном положении и хочет перевернуться. Возможно, он не хочет сейчас спать, а его усиленно пытаются усыпить — в таком случае протеста не избежать.

Из-за незрелости механизма терморегуляции малыши быстро перегреваются или переохлаждаются, и на дискомфорт, разумеется, реагируют слезами. Если ребенку жарко, он краснеет, начинает хныкать, высвобождать ручки и ножки, метаться в кроватке. На коже может появиться потница. Если шея сзади влажная, значит, малыш вспотел от перегрева. Плач усиливается, может повыситься температура (до 37–37,5°). Если малышу холодно, сначала внезапный и пронзительный плач постепенно становится хныкающим, начинается икота.

«Я переутомился!» Младенцы обладают повышенной возбудимостью. Это свойство их нервной системы. Малыш плачет после периода бодрствования, напряжен, глаза могут быть закрыты — это признак перевозбуждения, усталости, невозможности заснуть.

Такой тип реакции часто сопровождается зевотой, нытьем, эмоциональным выражением тревоги и обиды. Имейте в виду, что младенец не всегда в состоянии успокоиться сам и уснуть: чем больше утомление, тем сильнее и дольше он будет плакать.

Как успокоить малыша в этом случае? Помогут следующие приемы:

- положите малыша себе на грудь или на живот, лучше «кожа к коже» (тепло вашего тела и звук сердцебиения успокоит его);
- измените положение, для снижения мышечного напряжения или снижения нагрузки на определенную группу мышц поносите малыша вертикально или, наоборот, положите горизонтально;
- проветрите комнату (приток свежего воздуха даст ребенку возможность дышать глубже, а дополнительная вентиляция легких увеличит приток кислорода к головному мозгу);
- измените освещение (может быть, в комнате слишком яркий свет или наоборот, очень темно)
- устраните причину шума, малыш может пугаться громких и резких звуков;
- спойте колыбельную (даже на самых маленьких детей колыбельные действуют успокаивающе).

«Мне больно!». Газы и колики. Плач при этом прерывистый, приступами. Младенец пронзительно вскрикивает и заходится от плача, а затем затихает на короткий период. Он подтягивает ножки к животу, тужится и краснеет. Кормление не устраняет плач, и малыш начинает вскрикивать сразу после еды. Для борьбы с коликами возьмите малыша на руки, прижмите к себе, лучше «кожей к коже». Можно положить ему на животик соляную грелку или теплую пеленку.

Когда у малыша режутся зубки, помимо плача, он будет тянуть все в рот, у него может быть повышенное слюноотделение. Ребенок будет капризничать, у него повысится температура, появится жидкий стул. Плач нудный, продолжительный, с громкими всплесками ночью.

При боли в ухе ребенок теребит ухо (или сразу оба). Как правило, у новорожденных острый отит (воспаление среднего уха) возникает как осложнение внутриутробной инфекции или на фоне насморка. Плач при этом громкий, пронзительный, с болезненными интонациями. Малыш, едва начав есть, бросает грудь и долго отказывается снова начинать сосать. Отказ от груди и плач может быть вызван также воспалительным процессом на слизистой полости рта.

Наконец, иногда дети плачут, перед тем как пописать. Если это случается систематически, это может быть сигналом о воспалительном процессе. Если при этом еще и повышается температура, нужно обязательно обратиться к врачу.

Грудничковая мигрень — особая причина детских истерик. Такие дети часто метеозависимы: они остро реагируют на перепады атмосферного давления, изменения погоды, начинают вести себя беспокойно.

О головной боли вы узнаете по продолжительному плачу, который сложно унять. Малыша трудно успокоить, он отказывается от груди или бутылочки, а на родничке можно заметить пульсацию.

«Мне скучно и одиноко!» Да-да, малышу бывает просто скучно. Плачет он при этом с перерывами, с открытыми глазами: как будто зовет и слушает, проверяя, есть ли кто рядом. Если в результате ничего не происходит, плач становится непрерывным. Как его утешить? Просто возьмите малыша на руки, поговорите с ним, развлеките.

Обязательно выясните причину плача, исключая их по одной. Но, если вы заметили не свойственный вашему ребенку плач, он бьется в истерику и успокоить его не получается, без колебаний вызывайте врача. Лучше перестраховаться, чем проявить беспечность в таких обстоятельствах.

В любом случае главное правило в таких напряженных ситуациях — постараться прежде всего успокоиться самим родителям. Чем увереннее мама, тем спокойнее чувствует себя малыш.

Источники: Портал для родителей [«Материнство»](#) Журнал и сайт [«Счастливые родители»](#)