**Памятка**

 **- Давать ли ребенку пустышку -** Перед большинством родителей вопрос о необходимости покупки пустышки для ребенка практически не стоит, они воспринимают данный аксессуар как нечто само разумеющееся. Родители на поводу стереотипа, стараются сделать все возможное для того, чтобы ребенок привык к пустышке. Но поначалу многие малыши активно **выплевывают, отказываясь от пустышки. В этом случае не нужно упорствовать**, заставлять ребенка, держать пустышку пальцем и тому подобное. Результата добиться в конечном итоге можно, но закономерно встает вопрос – а нужно ли давать ребенку пустышку?

**Специалисты категорически не рекомендуют давать пустышку детям в период налаживания** [**кормления грудью**](http://novorozhdennyj.ru/yhod_za_novoroshdennim/kormlenie-grudyu-novorozhdennogo/). Пустышка, какой бы анатомической формы не была. сильно рознится с маминой грудью, и столь раннее приучение может нарушить правильность захвата малышом груди и как следствие травмирование соска. **Удовлетворение потребности ребенка в сосании, так можно сформулировать основное назначение пустышки**. Потребность в постоянном сосании особенно сильно развита в первом полугодии жизни малыша. Дети, которые находятся на естественном вскармливании, эту потребность удовлетворяют сполна, требуя новой порции грудного молока. Как правило таким деткам нет необходимости давать пустышку.

 **А вот потребность сосания детей, которые вскармливаются искусственно, рефлекс постоянного сосания удовлетворяется не полностью**. Так как искусственное вскармливание очень отличается от кормления грудью. В результате малыш постоянно сосет свои пальчики, а впоследствии грызет ногти. В дальнейшем от таких привычек избавиться очень сложно, а постоянное засовывание различных предметов, негативно сказывается на формировании прикуса ребенка. Отсюда вывод, пустышка необходима для детей , которые находятся на искусственном вскармливании. Но все же пустышка пригодится все детям при прорезывании зубиков. Многие детки охотно чешут десны пустышкой, чем специально предназначенными прорезывателями.

**Использование различных заменителей груди, в частности и пустышки, не всегда может быть приятным**. Первое на что необходимо обратить внимание это аллергическая активность. Ни для кого не секрет, что пустышки изготавливают из натурального латекса, который содержит большое количество фракций белков, большая часть из которых аллергена. Из-за различий в сосании груди и пустышки может нарушиться развитие челюстно-лицевого аппарата, которое ведет к нарушению прикуса и логопедическим проблемам в будущем.
Не следует забывать и о том, что пустышка является постоянным источником инфекций для крохи. Какие бы бдительные не были родители, но за чистотой пустышки усмотреть практически невозможно. Ребенок постоянно будет ее кидать, она будет тереться о разные предметы и все микробы неизменно попадут малышу в ротик, а затем в кишечник. **Еще один недостаток пустышки – необходимость** [**отучить ребенка ее сосать**](http://novorozhdennyj.ru/yxod_9_12_mesacev/kak-otuchit-rebenka-ot-pustyshki/)**, когда он подрастет**. Здесь начинается множество различных проблем. Но все если ребенок после пустышки продолжает сосать пальцы, то наверное лучше все же разрешить ему пользоваться иногда пустышкой. Часто родители используют пустышку не по назначению. При первом же случае пытаются засунуть ее в ротик малыша, вместо того, чтобы подойти к ребенку взять на руки, успокоить. Из-за этого ребенок лишается определенных эмоциональных составляющих. Так что ответ на риторический вопрос – давать ли пустышку ребенку, родители решают самостоятельно.

**Волосы на теле новорожденного** Родители, которые не сталкивались ранее с этим, не могут знать нормально ли это, поэтому нередко поднимают панику. И делают они это совершенно напрасно. **Потому что волосы на теле новорожденного – это абсолютно нормальное явление**. Еще в утробе матери на сроке приблизительно 90-100 дней тело ребеночка покрывается густой шерстью, которая называется эмбриональными волосами. Проходит где-то около месяца и эта шерсть сходит с тела ребеночка и заменяется маленькими, нежными, золотистыми и практически невидимыми волосиками новорожденного. Однако иногда бывают исключения и этот волосяной покров сохраняется. **Эти оставшиеся волосы на теле новорожденного называются лануго**. Они могут покрывать спину, ушки, лоб плечи и виски ребенка. **Особенно часто такое явление можно наблюдать** [**у недоношенных детей**](http://novorozhdennyj.ru/yhod_za_novoroshdennim/uxod-za-nedonoshennym-rebenkom/). Также именно у недоношенных малышей эти волосы являются наиболее жесткими и исчезают дольше. В среднем такой детский пушок вытирается в течение первой-второй недели после появления ребенка на свет. Но если же этого не произошло это вовсе не повод для волнений, т.к. они обязательно вытрутся и выпадут в первые месяцы жизни. Стоит учитывать тот факт, что [новорожденные](http://novorozhdennyj.ru) все время лежат, не совершая практически никаких движений, поэтому для того, чтобы немного помочь своему ребенку избавиться от волос на теле кладите его все время на разный бок: то на правый, то на левый. Также необходимо класть его и на спинку. Чтобы волосы выкатывались равномерно. **Но как бы долго не проходил у вашего новорожденного малыша этот процесс главное знайте, что у вас нет причин волноваться**.

**Поговорим о вредных малышовых привычках** - сосании пальчиков и просьбах, а нередко и требованиях, "взять на ручки". Сосание пальца время от времени у малышей до года является нормой. Но если малыш постоянно держит пальчик во рту, нужно искать причину. Часто такое происходит, если малышу скучно, он устал, напуган, или голоден. Сосание пальца служит успокоительным средством в различным стрессовых для него ситуациях. Возникновение привычки сосания пальцев в возрасте первых четырех месяцев может также объясняться повышенной активностью сосания во время кормления грудью при недостатке грудного молока. При искусственном вскармливании малыши начинают сосать пальцы, во-первых, когда их быстро кормят, и, во-вторых, когда кормят из соски неправильной формы. И в том и в другом случае после кормления у малыша остается голодное возбуждение. Сосание пальцев еще более отрицательно сказывается на форме молочных зубов, чем сосание пустышки, при этом изменяя направление их роста и прикуса. У сосунков с возрастом появляется привычка кусать ногти. Самостоятельно малыш вряд ли справится с этой привычкой. Ему необходима помощь. Что делать? Во избежание возникновения сосания пальцев, нужно в первую очередь соблюдать правильный режим дня — своевременно кормить и укладывать малыша спать; важно следить, чтобы он всегда был чистым, во время бодрствования находился в хорошем и радостном состоянии. Сосание пальцев возникает обычно, когда ребенок возбужден. Поэтому важно, чтобы во время бодрствования малыш был сыт и хорошо выспался. **Нежелательно снимать возбуждение сосанием пустышки**. Надо постараться отвлечь малыша, переключив внимание на более сильный для него раздражитель: например, яркую игрушку. **Ни в коем случае нельзя использовать для отучения от сосания пальцев горчицу или зеленку.** Еще одна вредная привычка формируется у малыша в течение первых месяцев жизни — это потребность в том, **чтобы его часто «брали на ручки».** Вначале мамы и папы, бабушки и дедушки часто берут малыша на ручки при малейшем крике, а потом малыш начинает требовать постоянного пребывания на руках и присутствия родителей. От него уже невозможно будет сделать и шага. Слишком часто пребывание на руках взрослого уже в этом возрасте воспитывает отрицательную привычку и затрудняет развитие разнообразных движений. Брать ребенка на руки надо ненадолго и в основном тогда, когда он спокоен. Взять малыша на руки необходимо и при сильном плаче, когда малыш никак не может успокоиться.

**Ребенок стал сильно и часто потеть.** Причин для особого беспокойства нет, но лучше всего, устранить проблему в самом зародыше. А для того, чтобы принимать какие-то меры, давайте, вначале узнаем: каковы причины нарушения потоотделения у ребенка и как их устранить.

Повышенное потоотделение доставляет человеку определенный дискомфорт, поэтому оставлять эту проблему без внимания не стоит. Кроме этого, ребенок может потеть из-за возникновения какого-либо заболевания. В любом случае, давайте сначала найдем причину того, что ваш ребенок сильно потеет.

Почему ребенок потеет и вообще - это нормально?

Причин, приводящих к повышенному потоотделению на самом деле очень много. Одни являются совершенно безобидными и легко устраняются, другие требуют определенного лечения.

Итак, ребенок потеет потому, что:

-ему жарко;

-на нем некачественное белье, обувь;

-у ребенка дефицит витамина Д, пониженный иммунитет;

-гиперактивность, избыточный вес;

-наследственность, гормональные изменения;

-потоотделение - симптом, какого-либо заболевания;

-реакция на лекарственные препараты.

Кроме этого, ребенок может потеть от недосыпания, усталости, волнения. Кстати, эти причины можно легко устранить или еще лучше предотвратить. Не требует лечения лимфатический диатез, который характерен для детей постарше и приводит к сильному потоотделению. Он проходит со временем.

 Бывает и так, что дети потеют из-за генетической предрасположенности. Повышенное потоотделение наблюдается, как правило, в области ладоней, ступней ног, головы и подмышечных впадинах.

 Если к потению конечностей добавляются такие симптомы, как беспокойный сон, плаксивость, плохой аппетит и ребенку меньше 2-х лет, врачи могут предположить у ребенка «рахит». Для профилактики этого заболевания детям назначают витамин Д и кальций.

 У детей подросткового возраста пот уже может иметь выраженный запах, так происходит из-за гормональных перестроек этого периода, то есть наступает половое созревание. Но заметьте, что такое изменение может проявляться и у детей 5-7 лет. А все потому, что каждый организм индивидуален.

 Еще одной причиной появления повышенного потоотделения у ребенка, может быть простудное заболевание. Во время лихорадки, вполне возможно, ребенка будет бросать то в жар, то в холод и он будет потеть.

Что делать если ребенок потеет, как помочь малышу?

Проветривайте комнату ребенка, особенно перед сном. Не кутайте его, покупайте одежду для ребенка только из натуральных тканей. Обувь также должна быть из натуральных материалов, резиновая обувь под категорическим запретом. Обязательно сушите обувь после носки.

Ограничьте потребление некоторых продуктов. Сладкие, острые, соленые и пряные блюда нежелательны при сильном потоотделении. Проконсультируйтесь у врача по вопросу витаминных комплексов для детей вашего возраста, может быть, нужно будет пропить только определенный витамин.

Постарайтесь обеспечить малышу спокойную благоприятную домашнюю атмосферу, меньше стрессов и поводов для беспокойств. Контролируйте количество жидкости, которое выпивает ребенок за весь день.

Желательно [купать ребенка](http://kidbe.ru/102-kak-delat-vannochki-dlya-novorozhdennyh.html) каждый день. Можно добавлять в воду морскую соль, в количестве 1 столовая ложка соли на 10 литров воды или делать травяные ванночки. С повышенным потоотделением помогают бороться такие травы, как: кора дуба, череда, ромашка.

После водных процедур дайте коже малыша высохнуть естественным путем, пусть она «подышит» несколько минут, не одевайте ребенка сразу после купания. Помимо этого, можете пройти курс массажа, походить на [лечебную физкультуру](http://kidbe.ru/94-zaryadka-uprazhneniya-i-gimnastika-dlya-novorozhdennyh-v-domashnih-usloviyah.html). В общем,  ваша задача -  постараться повысить иммунитет ребенка.

Запах пота в подмышечных впадинах может убрать слабый раствор марганцовки, а вот от запаха при потении ног поможет трава шалфей, измельченные листья которой, можно насыпать в обувь или носки.

Какого бы возраста ни был ваш ребенок, решать эту деликатную проблему необходимо на приеме у врача и приступать к какому-либо лечению только после его одобрения.