

27 Μαρτίου 2014

25 σωστές και λάθος συμβουλές που θα ακούσετε για το μωρό σας!

/ [Επιστήμες](#), [Τέχνες](#) & [Πολιτισμός](#)



Μα το αφήνεις και κλαίει; Δεν θα έπρεπε ήδη να περπατάει; Από τώρα για ύπνο;

Όλοι γύρω σας είναι παραπάνω από πρόθυμοι να πουν την γνώμη τους αλλά και να σας δώσουν τις δικές τους συμβουλές ο καθένας, για το μεγάλωμα του μωρού σας. Αρκετές συμβουλές ωστόσο είναι πια παρωχημένες. Ας δούμε τις πιο συχνές

συμβουλές που πιθανό ν' ακούσετε και μάθετε αν είναι σωστές ή λάθος.

1. Το μητρικό γάλα είναι λιγότερο πλούσιο σε λιπαρά και πολύ λιγότερο πυκνό στο τέλος του θηλασμού.

Λάθος: Ο μητρικός θηλασμός εφ' όσον η υγεία της μητέρας το επιτρέπει, έχει μόνο πλεονεκτήματα (τόσο για την μητέρα όσο για το παιδί).

2. Η νικοτίνη και η καφεΐνη περνούν στο μητρικό γάλα.

Σωστό: Κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης και του μητρικού θηλασμού απαγορεύεται και το κάπνισμα και η κατανάλωση ροφημάτων με καφεΐνη γιατί και οι δυο ουσίες περνούν στο μητρικό γάλα και πιθανόν να βλάψουν το βρέφος.

3. Το πρώτο του «αληθινό» χαμόγελο σας το προσφέρει γύρω στην 6η εβδομάδα.

Σωστό: Πρόκειται για την λεγόμενη «ενίσχυση», μια ανταπόκριση σε ένα σημάδι που του στείλατε εσείς, ένα αμοιβαίο παιχνίδι συναισθημάτων.

4. Στους 3 μήνες, το μωρό αρχίζει να βλέπει με ακρίβεια.

Σωστό: Σας βλέπει να απομακρύνεστε και να πλησιάζετε και όταν απλώνετε τα χέρια σας προς αυτό, το βλέμμα του φωτίζεται και τα χεράκια του κουνιούνται.

5. Οι ρυθμοί του ύπνου του μωρού αρχίζουν να οργανώνονται με βάση την ημέρα και την νύχτα μετά τον τρίτο μήνα.

Σωστό: τις εκατό πρώτες μέρες επικρατεί το χάος. Οι κύκλοι του ύπνου και του ξυπνήματος δεν έχουν συγκεκριμένο ρυθμό. Στην διάρκεια αυτής της περιόδου, μπορεί να υπάρχει τέλεια ισορροπία ή απόλυτη αποδιοργάνωση.

6. Αφήστε το να κλαίει, στο τέλος θα αποκοιμηθεί.

Λάθος: Περιμένει από την μαμά του μία αντίδραση που θα ικανοποιήσει το αίτημά του. Ακόμη κι αν πιστεύετε ότι δεν έχει κανένα λόγο για να κλαίει, δείξτε του ότι είστε εκεί, κοντά του, μιλήστε του γλυκά, χαϊδέψτε το... Θα το βοηθήσετε να αποκτήσει εμπιστοσύνη στον εαυτό του.

7. Το πρώτο του ασπράδι από βραστό αυγό θα το γευτεί 6 μηνών.

Λάθος: Περιμένετε μέχρι τους 12 μήνες και μέχρι τους 15 μήνες για την πρώτη του ομελέτα.

8. Στο θερμόμετρο αυτιού πρέπει να προσθέτετε πάντα 0.50 C στην αναγραφόμενη

θερμοκρασία.

Σωστό: Συνίσταται η χρήση κλασσικού θερμομέτρου, στην μασχάλη (όχι με υδράργυρο αλλά με γάλλιο). Είμαστε σίγουροι για την σωστή θερμοκρασία του παιδιού (χωρίς προσθέσεις ή αφαιρέσεις).

9. Τα μπιμπερό με κλίση ρυθμίζουν την ροή του γάλακτος:

Λάθος: Αυτό το σχήμα μπιμπερό, ιδιαίτερα αγαπητό από τα μωρά που πάσχουν από ανάρροια, ρυθμίζει την κυκλοφορία του αέρα.

10. Σε περίπτωση οξείας διάρροιας, εάν μέσα σε 12 ώρες έχουν σημειωθεί τρεις υδαρείς κενώσεις, πρέπει οπωσδήποτε να πάτε το μωρό στο νοσοκομείο.

Λάθος: Το παιδί πρέπει να εξετασθεί από παιδίατρο, ειδικά αν είναι μικρότερο του έτους, για να εκτιμήσει κλινικά το βαθμό της αφυδάτωσης και να δώσει τις σωστές οδηγίες.

11. Ο πονόλαιμος και ο βήχας θεραπεύονται με αντιβιοτικά.

Λάθος: Μόνο η κυνάγχη (πονόλαιμος και βήχας) του στρεπτόκοκκου, που προκαλούν σοβαρές μολυσματικές επιπλοκές, πρέπει να θεραπεύονται με αντιβιοτικά.

12. Στα μωρά που υποφέρουν από συχνές ωτίτιδες αφαιρούνται οι αδενοειδείς εκβλαστήσεις (κρεατάκια).

Σωστό: Παρότι δεν γίνεται συστηματικά η αφαίρεσή τους, εξακολουθεί να εξετάζεται ως ενδεχόμενο στην περίπτωση παιδιών που πάσχουν συχνά από ωτίτιδες, στις οποίες οι κλασικές φαρμακευτικές αγωγές δεν έχουν κανένα αποτέλεσμα.

13. Δεν πρέπει να το αφήνετε πάνω από μία ώρα την ημέρα στην στράτα.

Σωστό: Μην ξεχνάτε, η στράτα εξυπηρετεί τους γονείς και όχι το παιδί.

14. Εάν το παιδί έχει δυσανεξία στην λακτόζη, αποκλείονται όλα τα γαλακτοκομικά προϊόντα από διαιτολόγιο του.

Λάθος: Η δυσανεξία στη λακτόζη δεν είναι αλλεργία στο γάλα, που αφορά βρέφη μικρότερα του έτους, αλλά δυσκολία απορρόφησής του και προκαλεί διάρροια και γαστρικούς πόνους. Ευτυχώς για το γιαούρτι και τα τυριά δεν ισχύει αυτό.

15. Πρέπει να το βάλετε στο γιο-γιο μόλις μάθει να κάθεται.

Λάθος: Μπορείτε να αρχίσετε να το βάζετε στο γιο-γιο μετά τον 18ο μήνα, εάν ξέρετε τις ώρες των κενώσεών του, αλλά μην βάλετε στόχο να σταματήσεις να λερώνεται. Κατά μέσο όρο, τα παιδιά σταματούν να λερώνουν την πάνα τους μεταξύ 24ου και 32ου μήνα.

16. Η λήψη λιπαρών δεν πρέπει να περιορίζεται κατά τα 2 πρώτα χρόνια της ζωής του.

Σωστό: Η καταπολέμηση της παχυσαρκίας δεν σημαίνει ότι κάνουμε δίαιτα στα βρέφη. Αντίθετα, στα μωρά τα λίπη πρέπει να αντιστοιχούν το 50% περίπου της γενικής θερμιδικής ποσότητας που λαμβάνουν.

17. Τα μωρά που έχουν εμβολιαστεί με το πολυδύναμο πενταπλό εμβόλιο δεν κινδυνεύουν από οστρακιά.

Λάθος: Το πενταπλό εμβόλιο προστατεύει μόνο από τη διφθερίτιδα, τον τέτανο, τον κοκίτη, την πολιομυελίτιδα και το αιμόφιλο της γρίπης τύπου B. Δεν υπάρχει ακόμα εμβόλιο κατά της οστρακιάς.

18. Το παιδί καταλαβαίνει ότι είναι αγοράκι ή κοριτσάκι γύρω στα 2 του χρόνια.

Σωστό: Ανακαλύπτει την ατομική του διαφορά ανάμεσα στα δύο φύλα μεταξύ του 18ου και 20ου μήνα, αλλά μετά τα 2 του χρόνια αντιλαμβάνεται ότι το ίδιο είναι αγόρι (ή κορίτσι), δηλαδή ότι έχει το ίδιο φύλο με τον μπαμπά (ή την μαμά).

19. Από την ηλικία των 2 ετών τα παιδιά κοιμούνται «συνεχόμενα», χωρίς να ξυπνήσουν την νύχτα.

Λάθος: Προς μεγάλη απογοήτευση των γονιών, υπάρχει ένα ποσοστό γύρω στο 30-50% παιδιών ηλικίας 2 ετών που ξυπνούν τουλάχιστον μία φορά μέσα στην νύχτα. Στο τέλος κάθε φάσης ύπνου, το παιδί θέλει να σας νιώσει πάλι δίπλα του. Πρέπει όμως να το μάθετε να ξανακοιμάται μόνο του.

20. Δεν πρέπει να του επιβάλλετε το μεσημεριανό ύπνο μετά τα 2 του χρόνια.

Λάθος: Ο ύπνος των παιδιών είναι «πολυφασικός», δηλαδή διαιρείται σε χρονικά διαστήματα σε όλη την διάρκεια του 24ώρου. Ο μεσημεριανός ύπνος είναι απαραίτητο συμπλήρωμα στο νυχτερινό τους ύπνο, τουλάχιστον μέχρι την ηλικία των 4 ετών.

21. Τα παιδιά μεγαλώνουν την ώρα που κοιμούνται.

Σωστό: Η αυξητική ορμόνη εκκρίνεται, προπαντός, στην διάρκεια ορισμένων φάσεων του ύπνου. Επιπλέον, στη διάρκεια του ύπνου ο οργανισμός εκκρίνει ορμόνες που διεγείρει το ανοσοποιητικό σύστημα.

22. Δεν πρέπει να δίνουμε γλυκαντικές ουσίες πριν τα 3 του χρόνια.

Σωστό: Για προληπτικούς λόγους, γιατί δεν είναι γνωστές οι μακροπρόθεσμες συνέπειες των γλυκαντικών ουσιών (ασπαρτάμη, ζαχαρίνη) όταν προσλαμβάνονται σε παιδική ηλικία.

23. Για παιδιά που προέρχονται από οικογένειες με ιστορικό αλλεργιών, συνιστάται να αποφεύγονται το ακτινίδιο και η φράουλα πριν την ηλικία του ενός έτους.

Σωστό: Έχει διαπιστωθεί αυξανόμενος αριθμός διασταυρούμενων αλλεργιών (δηλαδή συνδυασμός αλλεργιογόνων ουσιών).

24. Γύρω στα 3 του χρόνια γίνεται σαφές εάν θα είναι δεξιόχειρας ή αριστερόχειρας.

Λάθος: Πριν την ηλικία των 3 ετών τα παιδιά χρησιμοποιούν αδιακρίτως τα δύο τους χέρια, στη συνέχεια δείχνουν προτίμηση για το δεξί ή το αριστερό, αλλά θα πρέπει να περιμένετε μέχρι τα 4-5 του για να σταθεροποιηθεί η κυριαρχία της μιας ή της άλλης πλευράς.

25. Οι νυχτερινοί τρόμοι και εφιάλτες είναι το ίδιο πράγμα.

Λάθος: Οι εφιάλτες είναι φυσιολογικοί. Το παιδί αναπαράγει την εμπειρία που το φόβισε και πειραματίζεται με αυτή. Καθησυχάστε το για να ξανακοιμηθεί. Αντίθετα με τους νυχτερινούς τρόμους, το παιδί δεν σας αναγνωρίζει και χρειάζεται παρηγοριά. Μείνετε δίπλα του για να το προσέχετε και αυτό θα ξανακοιμηθεί.

Με την συνεργασία της κας Ιωάννας Δραμπέλη (παιδιάτρος)

Από: Νινέττα Φαφούτη

Πηγή: imommy.gr