

Co zrobić, gdy niemowlę nie przestaje płakać?

2021-10-04

Dlaczego dziecko płacze?

Potencjalnych powodów, dla których niemowlę nie przestaje płakać jest bardzo dużo. W pierwszej kolejności należy porozmawiać z położną lub poradzić się pediatry, w celu wykluczenia jakichkolwiek dolegliwości zdrowotnych u malucha. Jeśli dziecko jest zdrowe, a mimo to wciąż „drze się wniebogłosy” (bo tylko tak, najczęściej, można ten płacz określić), warto poszukać przyczyny. Do najczęstszych powodów, dla których niemowlę jest niespokojne, zaliczyć można:

- głód
- kolkę lub gazy
- pełną pieluchę
- zmęczenie, niewyspanie
- zbyt dużą ilość bodźców zewnętrznych
- przegrzanie lub chłód
- wyrzynanie się ząbków
- nerwowość rodziców
- strach
- złe warunki do spania

Niestety większość z nich ciężko zauważyć. Nie zawsze jesteś bowiem w stanie zaobserwować, że Twoje dziecko nie dojada, jest mu zbyt gorąco lub ma kolkę. Wypróbuj więc kilka poniższych sposobów na uspokojenie dziecka, a być może któryś z nich przyniesie Twojemu maluchowi spokój i sen.

Przytulne miejsce do spania

Jeśli Twoje dziecko ciągle płacze, w pierwszej kolejności przyjrzyj się miejscu, w którym śpi. Być może płacz w wynika ze zmęczenia spowodowanym brakiem snu. Powodem braku snu mogą być zaś nieodpowiednie warunki do spania.

Łóżeczko dziecięcego powinno być przytulne, ale przewiewne. Wyjmij z niego więc zbędne zabawki i dekoracje. Wyposaż je zaś w najpotrzebniejsze rzeczy: [prześcieradło dla dziecka](#), [kocyk niemowlęcy](#) i poduszeczkę dopasowaną do małej główki noworodka. Do drzemek w ciągu dnia możesz stosować również [kokon niemowlęcy](#), czyli wygodną dziecięcą leżankę. Zadbaj również, aby cały [zestaw do łóżeczka](#) był wykonany z antyalergicznymi i miłymi w dotyku materiałami.

Ciepło czyli poczucie bezpieczeństwa

Bardzo ważnym jest, aby noworodek nie marzył. Ciepło równa się bowiem poczuciu bezpieczeństwa. Aby o to zadbać, dobrze jest wykorzystać [rozek niemowlęcy](#), czyli przyjemny [otulacz dla dziecka](#). Otulony nim maluch czuje się bowiem spokojniej i bezpieczniej.

Odpowiednia wentylacja

Choć zapewnienie ciepła jest bardzo ważne, pamiętaj, że równie jak wychłodzenie, niebezpieczne jest także przegrzanie dziecka. Noworodek nie może spać pod ciężkimi narzutami czy kołdrami. Lepsze dla niego są oddychające tkaniny i cienkie [kocyki dziecięce](#), dedykowane najmłodszym dzieciom.

Bliskość mamy

Niektóre noworodki odczuwają strach, gdy nie przy nich ich mamy. Wówczas nawet zwykłe przytulenie może być niewystarczające. Stwórz przestrzeń, w której będziesz maksymalnie blisko swojego malucha. W tym celu może przydać się specjalny [fotel do karmienia](#) wraz z wygodnym podnóżkiem, [otulacze niemowlęce](#) i [poduszki do karmienia](#), na których można ułożyć niemowlę blisko piersi.

Uspokajający szum lub śpiew

Na większość dzieci uspokajająco działa jednostajny szum (taki jak na przykład z suszarki). Możesz puścić go ze znajdującego w Internecie nagrania lub z przeznaczonych do tego zabawek. Jeśli szum nie działa, zaśpiewaj dziecku spokojną kołysankę. Śpiew mamy, taty, babci lub dziadka to najlepsza metoda na **płaczące dziecko**, sprawdzana przez rodziny od wieków.

Relaks dla mamy

Żaden z powyższy sposób nie działa? Spróbuj skupić uwagę... na sobie. Być może niemowlę płacze, ponieważ wyczuwa Twoje zdenerwowanie, strach lub zmęczenie. Poproś kogoś o pomoc w opiece nad dzidziusiem i znajdź chwilę dla siebie. Relaksująca kąpiel czy krótki spacer w parku mogą w tej kwestii zdziałać cuda.

Wszystkie te sposoby są dobre i często przynoszą wymarzony skutek w postaci spokojnego dziecka i braku płaczu. Jeśli jednak żaden z nich nie sprawdził się u Ciebie - skontaktuj się ze specjalistą. Na koniec mamy też bardzo dobrą wiadomość: płacz u niemowlaka bardzo często mija po prostu z czasem. Czasami wystarczy więc, najzwyczajniej w świecie, przeczekać ciężki okres. Trzymamy kciuki!