

بكاء الرضيع في أشهره الأولى بدون أسباب



الجمعة 24 فبراير 2017 08:02 م

يعتمد طفلك الرضيع على البكاء كوسيلة للتواصل معك وطريقة يطلب بها منك الطعام والدفع و الراحة التي يحتاجها. يبكي الرضيع لعدة أسباب منها الجوع والألم وغيرها، لكن أحياناً تشكو الأمهات من أنه قد تناول رضعته وقامت بتغيير ملابسه لكنه لا يزال في بكاء مستمر ولا تدري ماذا يجب أن تفعل معه.

أسباب بكاء الرضع

الجوع

لأن معدة الرضيع تعتمد على الحليب وهو سريع الهضم، فإنه يحتاج للرضاعة كل ثلاث ساعات على الأكثر. احسبي مواعيد جوعه واعرفيها. امنحيه وجبته سواء كانت رضاعة طبيعية أم صناعية.

الرغبة في النوم

عندما يرغب الرضيع في النوم وربما حتى عمر السنتين فإنه يبكي عندما يشعر بالنوم. ستشعرين بذلك عندما تجددين آثار الرغبة في النوم على وجهه، وتجدينه يفرك في عينيه أو أذنيه بيده. اعلمي أنها أعراض الرغبة في النوم وهيئي له الجو المناسب للنوم الهادئ المريح.

الرغبة في تغيير الملابس

إحساس الصغير بالبلل أو بعدم النظافة من أسباب البكاء أيضاً. تأكدي من نظافة الحفاضة وغييريها بأخرى نظيفة إن لزم.

الشعور بالانتفاخ والغازات

إذا كانت معدته تؤلمه ويشعر بالانتفاخ أو بوجود غازات فإن هذا الأمر يؤدي به للبكاء وسيكون وقتها بكاء متواصل. قدمي له ببرونة من بعض الأعشاب المهدئة كاليانسون أو غيره بعد استشارة الطبيب.

احرصي على عدم تناول مأكولات تزيد من الانتفاخ لأنها تنتقل له عبر الحليب إن كنت ترضعين صغيرك رضاعة طبيعية. ابتعدي قدر المستطاع عن الكرنب والقرنبيط وورق العنب والبقوليات وغير ذلك مما يؤدي للانتفاخ، وإن تناولت منها فلا تكثري.

الرغبة في أن تحمله الأم

أحياناً يكون البكاء رسالة من الصغير لتلقي بعض الحنان والمحبة والعناق والقبلات ليشعر بالأمان ويهدأ. لا تعوديه دائماً على ذلك لأنه سيرغب في أن تحمله على الدوام.

الشعور بالبرد أو بالحر

تأكدي من تناسب ملابسه مع الجو فتكون ثقيلة في البرد وخفيفة في الحر.

تؤكد أيًا أنها غير مبللة بالعرق وأنها تضايقه

التسكين

ضعي له بعض من الجيل مسكن الألم أو قدمي له ملعقة من مسكن ألم وخافض للحرارة الخاص بالأطفال استشير الطبيب أولاً بالطبع

الشعور بالألم جراء قرصة أو غير ذلك

قد يكون قد تعرض لقرصة ما ووقتها ستجدين بكاءه متواصلًا وكأنه صراخ تفحصي جسده وملابسه وإن كان الأمر كذلك فبدليها جميعًا وامنحيه حمامًا دافئًا وادهني موضع القرصة بكريم مهدئ

استمرار البكاء دون سبب

ماذا إذا استمر الصغير في البكاء دونما سبب واضح، وماذا عليّ أن أفعل؟

إذا قدمت له كل ما سبق وتأكدت أنه لا سبب من الأسباب المعروفة هي سبب البكاء فعليك تهدئة الصغير بشكل آخر

صوت هادئ مستمر

يشعر الجنين بدقات قلب أمه فيهدأ قدمي له بديلاً عبارة عن صوت هادئ يجلب له السكينة حسبما ترين

امنحيه حمامًا دافئًا

ربما يصبح الحمام الدافئ هو الحل وادهني له زيت الأطفال برائحة اللافندر فهي رائحة رقيقة باعثة على الاسترخاء إن كان في عمر يسمح لك الطبيب بتقديم بعض مغلي الأعشاب له فإن اليانسون والنعناع مهدأ جيد

هواء منعش

إن كان الوقت يسمح لك وكنت في مزاج جيد، فامنحيه نزهة سريعة تمتعي بجولة على الأقدام حول المنزل أو في حديقة قريبة من منزلك وهو في عربته

إن لم يكن الوقت مناسب فربما دقائق في الشرفة تحسن من مزاجه

الهددة

الهددة وهز الرضيع قد يكونان الحل الأمثل سواء على يديك أو في كرسي الطفل

المساج

دلكي جسمه وامسحي بيديك على ظهره ورقبته ورأسه فقد تمنحه يدك الراحة والهدوء

و أخيرًا حاولي التحكم في أعصابك و الهدوء قدر الإمكان دون الإنفعال على صغيرك اطلبي من زوجك أو أيًا من أفراد الأسرة مساعدتك في تهدئته و اذهبي لتناول كوب من مشروبك المفضل للسيطرة على أعصابك ثم عودي وضعيه مرّة أخرى بحنان