

# ЗМІСТ

До читачів .....	5
<b>0–2 МІСЯЦІ</b> .....	8
Навички, яких більшість дітей набуває до 2 місяців .....	8
Післяпологова депресія .....	12
Тремор рук і підборіддя в новонародженого .....	21
Мармурова шкіра в новонародженого й немовляти .....	24
Закидання голови назад .....	27
Підвищений внутрішньочерепний тиск — діагноз чи симптом? .....	30
Що необхідно знати про тім'ячка в дитини .....	34
Викачана потилиця .....	36
<b>3–4 МІСЯЦІ</b> .....	38
Навички, яких більшість дітей набуває до 4 місяців .....	38
Чому така важлива ігрова зона на підлозі .....	41
Причини плачу малюків .....	43
Період фіолетового плачу .....	47
Вимогливе немовля .....	51
М'язовий тонус у дітей .....	55
Профілактичний масаж немовлят: мама чи фахівець? ....	57
<b>5–6 МІСЯЦІВ</b> .....	62
Навички, яких більшість дітей набуває до 6 місяців .....	62
Навичка «сидить без підтримки» .....	65
У малюка пітніє голова .....	68
Дитячий сон .....	70
<b>7–9 МІСЯЦІВ</b> .....	75
Навички, яких більшість дітей набуває до 9 місяців .....	75
Дитина «заходиться». Про афективно-респіраторні напади .....	78
Нічні жахи .....	81
Ритмічні рухи голови й тулуба перед сном .....	83
Про хворобливу прив'язаність. Як навчити дитину грати самостійно .....	87

10–15 МІСЯЦІВ .....	91
Навички, яких більшість дітей набуває до 1 року .....	91
Навички, яких більшість дітей набуває до 15 місяців .....	92
Як відбувається мовленнєвий розвиток .....	97
Діагностика розладів мовленнєвого розвитку .....	101
Що можна й важливо зробити для розвитку мовлення дитини .....	102
Ходьба навшпиньки .....	104
Травма голови в дітей .....	106
Страхи найменших .....	110
2 РОКИ — 6 РОКІВ .....	115
Істерики: чому вони трапляються і як на них реагувати .....	115
Агресивна поведінка малюків як складова здорового розвитку .....	122
Навички, необхідні для привчання до горщика .....	125
Ідемо до дитячого садка .....	129
Шкідливі звички .....	132
Самостимуляція в дитинстві .....	138
Побоювання гучних звуків .....	142
Страх комах .....	144
Правила безпечного перегляду мультфільмів .....	145
Нічне нетримання .....	149
Тикові розлади в дітей .....	154
ДЛЯ БАТЬКІВ ОСОБЛИВИХ ДІТЕЙ .....	163
Особливості нервової системи .....	163
Розлад аутистичного спектра (РАС) .....	168
Синдром дефіциту уваги та гіперактивності (СДУГ) .....	174
Повільні діти .....	180
Розлад швидкості мовлення (заїкання) .....	183
Дислексія .....	187

# ДО ЧИТАЧІВ



## ДИТЯЧИЙ НЕВРОЛОГ

Кожна дитина народжується з необмеженим потенціалом. Кожна сім'я хоче допомогти малюкові реалізувати цей потенціал, а тому потребує фахової підтримки.

І вкрай важливим є розуміння батьками того, як дитина розвивається та змінюється в динамічному процесі дорослішання.

Дорослі помічають успіхи, досягнення, але подеколи трапляються ситуації, що спричиняють тривогу. Як зрозуміти: це варіант вікової норми чи потрібно непокоїтися і терміново звертатися до фахівця?

Розвиток головного мозку — складний процес. Він розпочинається з моменту зачаття і відбувається протягом усього життя за допомогою утворення та перекроювання нейронних зв'язків. Так набувається особистий досвід. У перші місяці й роки життя архітектура мозку будується з безпрецедентною швидкістю у відповідь на ранній досвід. Діти народжуються з потужним прагненням до пізнання, їхній головний мозок розвивається надзвичайно швидко. Взаємодія, дотик, зображення, звук, смак — усе, що сприймає малюк, створює зв'язки в його головному мозку. Упродовж перших п'яти років життя в головному мозку дитини утворюється від 700 до 1000 нових зв'язків за хвилину, буквально закарбовуючи кожне ваше слово, погляд, інтонацію, реакцію, емоцію, ставлення до неї. Дбайливі, люблячі батьки мають чудову нагоду, позитивно взаємодіючи зі своїм малюком, створювати почуття довіри, безпеки та відчуття стабільності. Якщо ж дозволяти дитині активно досліджувати навколишній світ, це стане міцним підґрунтям для навчання та розвитку протягом усього життя.

Під час інтенсивного нейророзвитку через незрілість регуляторних механізмів ми можемо спостерігати в дитини різні фізіологічні, доброякісні феномени, які зникають у міру дозрівання нервової системи. Оскільки в ранньому віці дитина відчуває

і сприймає світ через близьку дорослу людину, батьки, обізнані щодо цієї особливості та проявів, транслюють дитині спокійну реакцію і впевненість: «З тобою все гаразд!».

Ми описали в книжці найпоширеніші ситуації, що стосуються розвитку й здоров'я дітей 0–6 років та спричиняють занепокоєння в батьків. Не лякайтеся медичних термінів на сторінках видання: вони необхідні лише для того, щоб ви знали, що ці стан, тест або метод терапії мають наукову назву й описані в сучасній медичній літературі. Рубрика **«Червоні прапорці»**<sup>1</sup> допоможе виокремити головне — те, на що важливо звернути увагу, та пояснить, у яких ситуаціях слід звернутися по допомогу до фахівця.

*«Червоними прапорцями» у медицині називають симптоми, які можуть свідчити про захворювання або розлад. Але їх наявність не підтверджує діагнозу, а лише свідчить про необхідність проконсультуватися в лікаря.*

А рубрика **«Рекомендації»** — зрозуміти, як правильно чинити й водночас почуватися впевнено та спокійно. Книжка має на меті швидко й стисло ознайомити вас із тривожною ситуацією, допомогти обрати правильне рішення і далі насолоджуватися батьківством.

## Ψ ДИТЯЧИЙ ПСИХОЛОГ

Усі батьки, напевно, погодяться з тим, що з малечкою виникає безліч приводів для тривоги. Але так задумано природою, щоб дитина вижила й розвивалася правильно. Ви непокоїтеся, порівнюєте свого малюка з іншими дітьми, постійно в стані «напоготові», щоб нічого не прогавити. Завдання тривожності — відвернути маму від повсякденних турбот і звернути її увагу на малюка. На перший погляд, сучасні жінки, на відміну від своїх прапрабабусь, мають значно більше часу для того, щоб опікуватися дитиною: уже не потрібно розпалювати вогонь, побоюватися нападу хижаків і стежити за чотирма старшими дітьми. Проте тривожність нікуди не зникла. І сьогодні вона часто стає на заваді,

<sup>1</sup> «Червоними прапорцями» у медицині називають симптоми, яким варто приділити максимальну увагу, оскільки вони можуть свідчити про серйозні ускладнення.

створюючи непотрібне напруження між мамою та малюком, заважаючи радіти життю, стосункам, кожному дню, проведеному разом. З іншого боку, деякі неврологічні проблеми є реальними. І вони потребують швидкого коригування, невідкладного втручання. Що менша дитина, то пластичнішим є її мозок.

**Найважливіше — розрізняти реальну проблему й надмірну тривожність.**

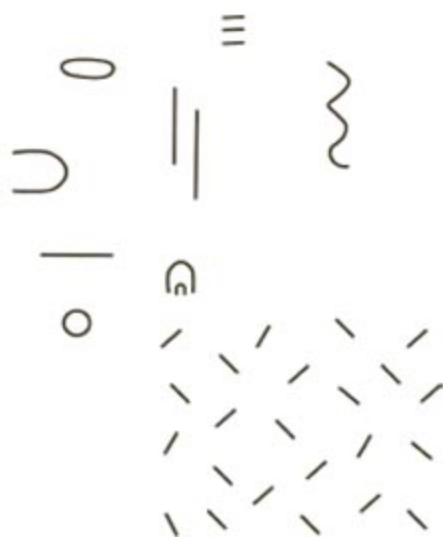
Якщо вчасно розпочати роботу над проблемою, то найімовірнішим є повне її усунення. Безсумнівно, перші місяці, роки життя вкрай важливі й вирішальні для нормального розвитку дитини.

Саме тому в кожному розділі ми приділяємо увагу «червоним прапорцям».

## «ЧЕРВОНІ ПРАПОРЦІ» —

це маркери, маяки, за якими ви зможете виявити реальну проблему. Це допоможе вам вирішити, чи слід звернутися до фахівця, чи взагалі не турбуватися щодо здоров'я дитини.

Пам'ятайте: існують «тривожні» теми, які потрібно просто «пожмакати й викинути геть». Припинити про них думати. Приділити увагу чомусь іншому. Подякуйте природі, Богові, життю за те, що у вас здоровий малюк. Погляньте на нього та усміхніться!

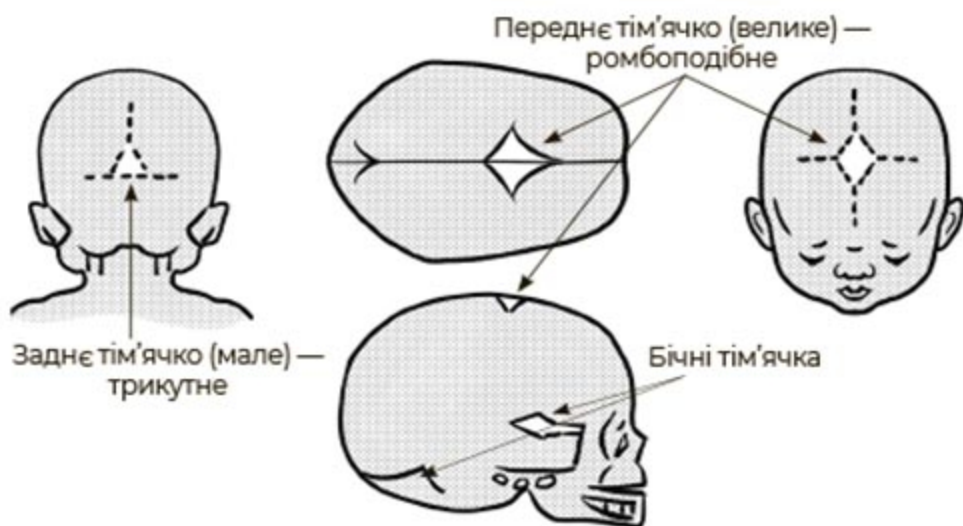


## ЩО НЕОБХІДНО ЗНАТИ ПРО ТІМ'ЯЧКА В ДИТИНИ

Якщо обережно провести пальцями по голові немовляти, можна відчутти пару м'яких ділянок замість кістки. Ці м'які місця, на яких кістки черепа дитини ще не з'єдналися, називають **тім'ячками** (джерельцями). Вони є складовою нормального розвитку та виконують дві важливі функції. Перша, основна, функція — пристосування голівки малюка до родових шляхів матері під час пологів. Друга функція: зростання голівки можливе завдяки тім'ячку і швам між кістками черепа. Тому розміри й терміни закриття великого тім'ячка індивідуальні.

У новонародженої дитини 6 тім'ячок:

- переднє (розмір — від 0,5 до 5,0 см; закриття — від 4 до 24 місяців (у середньому 7–18 місяців));
- заднє (розмір — від 0,5 до 1,5 см; закриття — від 0 до 2 місяців);
- чотири бічні — у доношених дітей при народженні закриті.



Велике тім'ячко має ромбоподібну форму, відносно м'яке й плоске, може пульсувати й злегка набухати, коли малюк плаче.