

Trudna sztuka ząbkowania

U niektórych dzieci wyrzynanie się mleczaków przebiega niemal niezauważalnie, inne maluchy bardzo cierpią. Ząbkowanie bywa bolesne, dlatego Twoja pociecha może nie mieć zbyt dobrego humoru: będzie pewnie płakać, straci apetyt, może nawet gorączkować. Spróbuj pomóc dziecku – na bolesne ząbkowanie są sposoby!



Pierwsze mleczaki pojawiają się zazwyczaj między 5 a 10 miesiącem życia. Najpierw wyrzynają się dolne przednie ząbki, potem górne siekacze i siekacze boczne (dol-

ne i potem górne), a w kolejnym roku życia kły i w końcu ząbki trzonowe – zwłaszcza te ostatnie, zapowiadając swoje pojawienie się, sprawiają dziecku dotkliwy ból.

Pierwszym objawem ząbkowania, nawet na 2 miesiące przed wyrznięciem się pierwszego mleczaka, jest zwykle wzmożone ślinienie się. Możesz też zauważyć, że dziecko częściej wkłada do buzi i przygryza paluszki i zabawki. Tuż przed wyrznięciem się zęba dziąsełka są zaczerwienione, nabrzmięte i rozpalnione, swędzą i bołą. Nic dziwnego, że dzidzius jest rozdrażniony i nie ma ochoty na jedzenie, nie chce spać i często budzi się w nocy. Niektórym dzieciom ząbkowanie daje się we znaki jeszcze mocniej: ze stresu i bólu malcok może mieć podwyższoną temperaturę ciała, cierpieć na biegunkę lub przeciwnie – na dokuczliwe zaparcie. Ale uwaga: te symptomy są też często objawem infekcji związanej z obniżoną w czasie ząbkowania odpornością, nie należy więc ich lekceważyć. Jeśli maluch ma

wysoką gorączkę i biegunkę, zgłoś się z nim do lekarza!

Ulga nie tylko w gryzaczku

Cóż, okres wyrzynania się ząbków to naprawdę trudne chwile dla malucha. Dlatego nie denerwuj się na dziecko, że jest marudne i ciągle płacze. Postaraj się mu pomóc! Kup kilka gryzaczków, najlepiej takich o chropowatej (ale delikatnej) powierzchni. Schłodź je porządnie w lodówce – zimno zmniejszy opuchliznę i złagodzi świąd – i podaj malcowi do przygryzania. Wypróbuj też usmierzające ból żele, którymi smaruje się dziąsełka. Zawierają one łagodzące stan zapalny wyciągi ziołowe, np. z rumianku oraz znieczulającą miejscowo lidokainę. Przy aplikacji żelu pomasuj delikatnie (palcem lub specjalną gumową szczoteczką) zaczerwienione dziąsło.

Jeśli maluch gorączkuje, podaj mu preparat z ibuprofenem lub paracetamolem, który dodatkowo podziała przeciwbólowo. Najwygodniejsze są te w postaci czopków: działają szybciej niż leki doustne, a poza tym dziecko ich nie wypluje. Gdy dzidzius jest niespokojny, płacze i nie chce spać, możesz mu podać łagodnie uspokajający preparat (kupisz w aptece bez recepty). Środki homeopatyczne są zupełnie bezpieczne dla niemowląt – można stosować je już od pierwszego dnia życia dziecka.

Podawaj też maluchowi dużo picia, najlepiej chłodną przegotowaną wodę i rozcieńczone soczki, zwłaszcza wtedy, gdy intensywnie się ślini. Jeżeli dziecko bardzo cierpi, skonsultuj się z pediatrą – przepisze odpowiedni preparat przeciwbólowy.

Spróbuj pomóc dziecku

- gorączkę zbijesz, podając malcowi lek z ibuprofenem lub paracetamolem, który dodatkowo podziała przeciwbólowo,
- niespokojnemu dziecku możesz podać np. homeopatyczny preparat o delikatnym działaniu uspokajającym. Ulko rozdrażnienie i ułatwi maleństwu zasypianie,
- dziecku, które cierpi na biegunki lub zaparcia i bardzo się ślini, podawaj dużo napojów. Zapobiegiesz w ten sposób odwodnieniu organizmu malucha. Nie zmuszaj dziecka do jedzenia. Brak apetytu minie, gdy ząbek już się wyrznie,
- śliniącemu się maleństwu wycieraj buzię delikatną chusteczką i natłuszczaj brodę i policzki kremem dla niemowląt. W dzień zakładaj maluchowi miękkie śliniaczek – ubranie nie będzie ciągle mokre,
- spróbuj masować dziąsła dziecka palcem lub gumową szczoteczką, to znacznie złagodzi ból i świąd. Możesz do tego celu użyć dostępnego w aptekach, specjalnego żelu „na ząbkowanie”. Takie preparaty dla niemowląt koją stany zapalne, zaczerwienienia i obrzęki bolących dziąseł,
- możesz podawać dziecku specjalny, wypełniony wodą gryzaczek. Przechowuje się go w lodówce. Zimna woda obkurcza naczynia krwionośne obolątych dziąseł malucha, co znacznie łagodzi ból,
- niektórym maluchom pomagają przygryzanie twardych przedmiotów, np. drewnianego klocka, trzonka od łyżeczki. Kontroluj jednak przebieg takiej „kuracji” przeciwbólowej, by dziecko się nie zakrztusiło,
- pamiętaj, że okres wyrzynania się ząbków to trudne chwile dla malucha. Dlatego właśnie w tym czasie potrzebuje on Twojej wyjątkowej uwagi, a przede wszystkim cierpliwości, wyrozumiałości i czułości.