



Девять месяцев ожидания, волнений и тревог закончились. Ваш сын или дочка благополучно появились на свет. Однако вопросов и переживаний не стало меньше. Что за белые точки на личике малыша? Почему он дышит ртом? Можно ли прикасаться к родничкам? Ой, кажется, у крохи поднялась температура!.. Давайте развеем сомнения и поговорим о некоторых наиболее распространенных проблемах новорожденных.

**У ребеночка температура.** Вы ставите крохе градусник, и через несколько минут он показывает +37 или +37,5. Вы начинаете паниковать, звонить в поликлинику, вызывать педиатра... Между тем, температура до отметки +37,5 для новорожденного является нормой (особенно если измерять ее в заднем проходе). Кроха просто еще не умеет сохранять температурный баланс и постоянно поддерживать температуру +36,6. Если измерять температуру малышу несколько раз в сутки, то можно увидеть довольно значительные ее колебания. Скоро механизм терморегуляции заработает должным образом, и малыш научится поддерживать стабильную температуру тела.

**Ребёнок дышит ртом.** Это действительно проблема: в норме ребенок должен вдыхать и выдыхать воздух только через нос. Таким образом, во-первых, воздухом наполняются все легкие крохи (а не только верхние доли), а во-вторых, так воздух согревается в носоглотке, прежде чем попасть в легкие новорожденного. Постоянно открытый ротик может привести к формированию неправильного прикуса. Что же делать? Для начала попробуйте справиться с проблемой самостоятельно. Возможно, у ребеночка просто забит носик. Осторожно очистите нос малыша от корочек. Это можно сделать ваточкой, смоченной в детском масле. Лучше всего перед этой процедурой размягчить корочки соленой водичкой или препаратами на основе морской воды. Если чистка носика не помогает, непременно обратитесь к ЛОР-врачу. Возможно, у ребенка искривлена носовая перегородка. В зависимости от ее кривизны доктор примет решение о дальнейших действиях (но в большинстве случаев рекомендуют просто подождать).

Еще одна распространенная фобия мамочек – **боязнь прикасаться к родничкам**. Естественно, что на них не стоит давить, но просто прикасаться, например, при расчесывании волосиков малыша, не опасно. Повредить мозг вы не сможете: ведь родничок затянут довольно плотной хрящевой тканью. А вот наблюдать за состоянием большого ромбовидного родничка стоит пристально. Если он западает, это может свидетельствовать о том, что в организме малыша не хватает жидкости. А вот если он вздувается, то возможно, что у крохи повышено внутричерепное давление. Сообщите об этом патронажной медсестре или педиатру.

Если **у малыша дрожит подбородочек** – это повод присмотреться к крохе внимательнее. Дрожь (или тремор) подбородка может свидетельствовать о том, что нервная система ребенка находится в состоянии перевозбуждения. Чаще всего такое

дрожание возникает после физических нагрузок: малыш долго плакал, размахивая ручками и ножками, или активно поплавал в ванной. Это не страшно. А вот если тремор подбородка возникает сам по себе – обратитесь к педиатру и неврологу. Возможно, у крохи повышен тонус мышц. Возможно, врачи назначат маленькому пациенту расслабляющий массаж и ванны с травами (мята, Melissa, валериана). Самое главное – постарайтесь не кричать на ребенка и в его присутствии, создайте максимально благополучную и счастливую атмосферу в семье.

Еще одна проблема, которая беспокоит молодых мамочек, - **белые точки на личике малыша**. Эти угри (можно встретить названия милиа, милии, милиум) возникают из-за активной работы сальных желез. С этими белыми точками ничего делать не нужно. Выдавливать их или сквыривать – не самая лучшая идея, вы можете разнести инфекцию по всему лицу и вызвать воспаление нежной кожицы. Единственное, что можно посоветовать, - протирать угорьки ваточкой с несколькими каплями сцеженного грудного молока. А проще всего подождать: через несколько недель кожа нормализует все свои функции и проблема исчезнет сама собой.

Не переживайте, молодая мамочка, большинство проблем новорожденных разрешаются довольно быстро и легко. Желаем вашему малышу расти здоровым, а вам – поменьше волноваться!