

Гайд PRO_младенцев

**безопасность и уход
от 0 до 6 месяцев**

безопасность и уход
от 0 до 6 месяцев



PRO Младенцев

Гайд pro младенцев: безопасность и уход от 0 до 6 месяцев

<https://litres.ru/74038328>

SelfPub; 2026

Аннотация

Хотите защитить своего малыша в первые месяцы жизни без выгорания? Этот гайд – не очередная "пугалка" из интернета, а бережный чек-лист для безопасности ребенка и спокойствия мамы. Наш практический календарь развития ребенка и ухода за ним написан без сложных терминов – только понятная логика и бытовые инструкции с учетом анатомических особенностей младенца. Эта книга для молодых мам незаменима, если вас интересует подготовка к родам, материнство и гигиена младенца в первый год жизни. Что внутри: 0–3 месяца: нюансы использования коконов и мягких бортиков. Как избежать падений и организовать первый безопасный уход за новорожденным. Особенности сна в автолюльке и прогулок в коляске. 3–6 месяцев: первые перевороты и «правило первой секунды». Осанка при ношении на руках, безопасное купание и гармоничное развитие ребенка до года. Вторая часть (6–12 месяцев) выйдет отдельно. Книга носит

информационный характер. В любой нестандартной ситуации срочно вызывайте скорую.

Содержание

Введение	5
Глава 1	7
Конец ознакомительного фрагмента.	9

PRO Младенцев

Гайд pro младенцев: безопасность и уход от 0 до 6 месяцев

Введение

Важная информация для родителей: Материалы в этом руководстве носят исключительно ознакомительный характер и содержат базовые бытовые рекомендации по уходу. В любой нестандартной ситуации или при малейшем ухудшении самочувствия малыша не теряйте время на поиск советов в интернете — сразу обращайтесь за очной консультацией к вашему педиатру или вызывайте скорую помощь

МАМА, ВЫХОДИ

Знаете ли вы, что в первые месяцы после рождения ребёнка женщина тратит на тревогу и сомнения едва ли не больше сил, чем на сам уход за ребёнком? Интернет круглосуточно заваливает вас списками покупок, а маркетологи продают тонны «эстетичных», но совершенно бесполезных и часто опасных вещей. В итоге вместо радости вы получаете гиперответственность и бесконечный страх сделать что-

то не так.

Этот гайд создан не для того, чтобы напугать вас еще сильнее. Наша цель — помочь вам снизить фоновую тревожность. Мы покажем, как большинство скрытых рисков для младенца связаны вовсе не с его активностью, а с нашими привычными бытовыми действиями, правилами ухода и погоней за красивой картинкой.

Мы объединили знания о физическом теле, психологии и развитии мозга в простые бытовые инструкции. Этот гайд создан для того, чтобы вы могли пошагово проверить безопасность пространства вокруг малыша, разгрузить голову от лишних страхов и сфокусироваться на спокойном материнстве. Поехали, мы все покажем!

Глава 1

ОТ 0 ДО 3 МЕСЯЦЕВ:

ТИХИЕ УГРОЗЫ "ДЕТСКОЙ"

Главное заблуждение мамы заключается в мысли, что раз ребенок еще не умеет ползать и переворачиваться, то он находится в полной безопасности.

Реальность выглядит иначе. В этот период главные риски связаны не с активностью младенца, а с нашими бытовыми привычками и погоней за красивой картинкой.

КРАСИВО, НО РИСКОВАННО: ПОЧЕМУ ПОПУЛЯРНЫЕ АКСЕССУАРЫ ДЛЯ СНА ЛУЧШЕ УБРАТЬ.

Где риск: Мягкие бортики-подушки, балдахины, тканевые гнездышки и позиционеры в кроватке.

Что происходит: В 1–2 месяца ребенок еще плохо контролирует тело. Он может случайно повернуть голову во сне и уткнуться носом в мягкий бортик или кокон. Воздух в таких замкнутых пространствах не циркулирует. Малыш начинает вдыхать свой собственный выдохнутый воздух. Он быстро устает и просто не может вовремя проснуться, перевернуться обратно или заплакать. И его состояние становится не безопасным.

Правило безопасности: Жесткое правило «голой кроватки». Матрас должен быть ровным, жестким и плотным. Из кроватки убираем абсолютно всё: подушки, одеяла, бор-

тики и любые игрушки. Для тепла используем только специальный спальный мешок или легкий комбинезон по погоде.

ВАЖНЫЙ ОСМОТР: ПОЧЕМУ НИТОЧКА ИЛИ ВОЛОСОК МЕШАЕТ КРОХЕ СПАТЬ.

Где риск: Выпавшие мамины волосы после родов или тонкие нитки с изнанки детской одежды.

Что происходит: Один тонкий волос случайно попадает внутрь носочка или ползунков. Когда малыш хаотично двигает ножками, волос наматывается на палец. С каждым движением он затягивается все сильнее, превращаясь в невидимую тугую петлю. Кровообращение нарушается, пальчик синее, сильно отекает и болит. Если вовремя не заметить ниточку, ткани пальца начнут отмирать. Ребенок истошно плачет часами, а мама безуспешно лечит вымышленные колики.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.