Шпаргалка молодым родителям от «СОГАЗ-Мед»: первый прикорм и календарь прорезывания зубов

Тематика: **Здоровье и спорт**
Статьи и исследования

Дата публикации: 4.07.2022

Дата мероприятия / события: 4.07.2022

г. Ульяновск

Специалисты компании «СОГАЗ-Мед» подготовили небольшую шпаргалку для молодых родителей с информацией о введении первого прикорма, а также порядке прорезывания молочных зубов.

Каждая мама знает, что самое лучшее и здоровое питание для новорожденного – это грудное молоко. Оно содержит идеальный баланс жиров, белков и минеральных элементов, которые способствуют правильному росту малыша, повышают иммунитет и налаживают пищеварение.

Но ребенок растет и со временем одного грудного вскармливания начинает не хватать. Многих родителей беспокоит вопрос, в каком возрасте уже можно добавлять в рацион младенца другие продукты питания, как правильно это сделать, на что стоит обратить внимание.

Специалисты компании «СОГАЗ-Мед» подготовили небольшую шпаргалку для молодых родителей с информацией о введении первого прикорма, а также порядке прорезывания молочных зубов. Зачастую эти два события приходятся на одно время и переживания родителей могут значительно возрастать.

Правила введения прикорма

Врачи-педиатры единогласно считают, что оптимальное время для начала прикорма ребенка, которого ранее кормили исключительно грудным молоком, это 6 месяцев. В этом возрасте желудок малыша уже готов принять овощи, каши и фрукты.

Начинать следует с одного продукта, а каждый последующий можно вводить лишь после привыкания (в среднем 3-5 дней) и отсутствия аллергических реакций. Нельзя давать одновременно два продукта, с которыми ребенок не был знаком ранее, поскольку при появлении реакции вы не сможете понять, какой продукт ее спровоцировал. Объем продукта для первой пробы – половинка чайной ложечки. Новый продукт следует дать запить грудным молоком или смесью. Давать новое блюдо следует в утреннее кормление, тогда к концу дня станет заметно, нормально ли переносит его ребенок. Рекомендуется вести дневник, в котором отмечать все продукты, съеденные малышом. Знакомство с новой пищей следует отложить, если малыш заболел, а также на время вакцинации (три дня до и после прививки). Если ребенок отказывается пробовать новое блюдо, не настаивайте. В ситуации, когда продукт вызвал аллергию или другую отрицательную реакцию, новые блюда не дают до исчезновения болезненных проявлений. Среди овощей наиболее подходящими для первого прикорма считают кабачки, цветную капусту, картофель и репу. Первыми кашами, которые может попробовать шестимесячный ребенок, называют гречневую и кукурузную. Из фруктов ребенку этого возраста можно давать яблоки, груши и бананы.

Когда у ребенка прорезываются первые зубы?

Возможные сроки и порядок прорезывания зубов индивидуальны для каждого ребенка. Ниже описаны приблизительные стандарты их появления:

Первые нижние резцы – 6-9 месяцев.

Первые верхние резцы – 7-10 месяцев.

Вторые (боковые) верхние и нижние резцы – 9-12 месяцев.

Первые верхние коренные зубы – 12-18 месяцев.

Первые нижние коренные зубы – 13-19 месяцев.

Верхние клыки – 16-20 месяцев.

Нижние клыки – 17-22 месяца.

Вторые нижние коренные зубы – 20-23 месяца.

Вторые верхние коренные зубы – 24-26 месяцев.

В момент прорезывания зубов у малыша может снижаться аппетит, ухудшаться сон, портиться настроение, подниматься температура, меняться консистенция стула и т.п. «СОГАЗ-Мед» рекомендует родителям более внимательно относиться к малышу в столь непростой период и при необходимости вызвать врача.

Появление ребенка – приятный, но и в то же время ответственный и серьезный этап. Специалисты компании «СОГАЗ-Мед» желают всем малышам, а также их родителям крепкого здоровья.

Чтобы ребенок рос здоровым, а также в целях профилактики развития детских заболеваний в системе ОМС существует программа диспансеризации несовершеннолетних граждан, которая включает регулярные профилактические осмотры и обследования маленьких пациентов до их совершеннолетия. Полный перечень обследований и специалистов можно узнать в приказе Министерства здравоохранения N514н от 10 августа 2017 г., в нем также установлен порядок проведения медицинских осмотров детей.

Если вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у вас возникли вопросы о системе ОМС, медицинской помощи или качестве ее оказания, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте sogaz-med.ru, используя онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) или в офисах компании «СОГАЗ-Мед».

Справка о компании:

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» осуществляет деятельность с 1998 г. Региональная сеть «СОГАЗ-Мед» занимает 1-е место среди страховых медицинских организаций по количеству регионов присутствия, насчитывая более 1 500 подразделений на территории 56 субъектов РФ и в г. Байконуре. Количество застрахованных – 44 млн человек. «СОГАЗ-Мед» осуществляет деятельность по ОМС: контролирует качество обслуживания застрахованных при получении медпомощи в системе ОМС, обеспечивает защиту прав застрахованных граждан, восстанавливает нарушенные права граждан в досудебном и судебном порядке.

Постоянная ссылка на материал: http://smi2go.ru/publications/145011/