



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ "ПОДДЕРЖКА СЕМЕЙ, ИМЕЮЩИХ ДЕТЕЙ"  
НАЦИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА "ОБРАЗОВАНИЕ"

## КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР

«Центр развития ребёнка – Детский сад № 38» г. Костромы



### Консультация для родителей

## НУЖНА ЛИ МЛАДЕНЦУ ПУСТЫШКА

*Давать или не давать малышу пустышку? К единому мнению на этот счет не могут прийти не только родители, но и специалисты. Прежде чем предлагать ребенку соску, стоит взвесить все «за» и «против», разобраться, какие потребности она удовлетворяет, когда приносит пользу, а когда может навредить.*

75–80% родителей поощряют использование соски, они убеждены, что она необходима. Пустышку покупают автоматически. Более того, родителям предлагают миллион видов сосок: в этом возрасте такая, в этом возрасте другая. Поэтому взрослые верят, что пустышки нужны. Так ли это на самом деле?

### **Сосательный рефлекс обеспечивает младенца не только пищей**

Человек рождается с инстинктами, самый сильный из которых — инстинкт выживания. Он напрямую связан с питанием, обеспечивающим рост и развитие. У новорожденного есть только один способ питаться — пить молоко, добывая его из материнской груди. Поэтому первый и один из главных безусловных рефлексов младенца — сосание.

*При помощи сосательного рефлекса малыш получает не только пищу. Многие дети сосут палец или пеленку, чтобы успокоиться и почувствовать себя в безопасности.*

Часто при любом плаче ребенка родители дают малышу пустышку, думая, что она его успокоит. Ребенок затихает, но, возможно, ему требовалось внимание взрослого или ребенок испытывал физический дискомфорт. Вместо этого ему дали соску. «У ребенка появляется ощущение безопасности, но это скорее компромисс, чем удовлетворение настоящей потребности», — говорит Марина Романенко.

Пустышка должна стать последним средством, которое нужно использовать, если ребенок плачет, считают специалисты. Сначала следует разобраться, какая именно помощь требуется малышу.

Если автоматически использовать соску при каждом плаче, она может стать предметом зависимости, от которого в дальнейшем ребенку будет трудно отказаться. Это может привести к появлению вредных привычек: некоторые дети, повзрослев, грызут ногти или карандаши, сосут пальцы, губы или волосы.

*Безопасность ощущается на физическом уровне. Стоит чаще брать ребенка на руки, разнообразить его жизнь. Когда вы видите, что малыш с легкостью отдает пустышку, попробуйте ее забрать и какое-то время не предлагать. Давайте соску только тогда, когда она будет остро необходима.*

Если ребенок доволен, чувствует тепло и внимание родителей, его жизнь интересна и разнообразна, он, помимо кроватки, коляски и балдахина над головой, видит живые лица, слышит звуки, то потребность в пустышке у него снижается. Ребенок ощущает себя активным участником жизни, поэтому острой потребности в безопасности не испытывает.

### **Пустышка снижает риск внезапной детской смерти, но влияет на сон и прикус**

Механизм синдрома внезапной детской смерти не изучен до конца, но по данным исследований, дети, которые спят с пустышкой во рту, легче просыпаются самостоятельно при внезапной остановке дыхания (апноэ). Кроме того, пустышка препятствует западению языка и мешает ребенку уткнуться носом в матрас и задохнуться.

При этом соска может облегчить процесс засыпания, но если малыш внезапно потеряет ее, он проснется. С таким неожиданным пробуждением можно справиться следующим образом: если заснуть без пустышки ребенок не может, попытайтесь ее аккуратно вынуть сразу после того, как малыш уснет. Постепенно избавиться от соски помогут дополнительные ритуалы для засыпания: колыбельные, любимая игрушка.

Продолжительное сосание пустышки может изменить расположение зубов у малыша: верхние зубы в этом случае выдвигаются вперед, а нижние отклоняются. В будущем ребенку, вероятно, потребуется исправление прикуса.

Если ребенок не расстается с соской после 2 лет, у него могут появиться проблемы с глотанием и произнесением звуков. Кроме того, существует мнение, что использование соски пагубно отражается на работе слуховой системы. Правда, пока эта теория научно не подтверждена.

### **Как связаны пустышка и тип вскармливания**

Специалисты считают, что пустышка мешает налаживанию грудного вскармливания. Некоторые младенцы могут путать потребность в сосании и чувство голода. Если не придерживаться кормления по требованию и предлагать новорожденному соску в те моменты, когда он плачет, малыш привыкнет к ней и будет хуже сосать грудь. Это может привести к уменьшению выработки молока у мамы и отразится на грудном вскармливании в целом.

Программа Всемирной организации здравоохранения «10 условий успешного грудного вскармливания» содержит рекомендацию «не давать детям, находящимся на грудном вскармливании, искусственные соски или пустышки».

*Правда, есть малыши, которые умеют совмещать пустышку и мамину грудь, — не отказываются от грудного молока и используют все преимущества соски. Но все-таки родителям не стоит давать пустышку новорожденному в первые месяцы жизни, чтобы исключить проблемы в налаживании естественного механизма грудного вскармливания.*

Если ребенок находится на искусственном вскармливании, он выпивает каждую порцию пищи гораздо быстрее, чем если бы извлекал молоко из маминой груди. При этом потребность младенца в контакте с матерью и опыте сосания, которые обычно удовлетворяются при кормлении грудью, остаются такими же, как и у всех остальных малышей. В этом случае ребенка важно не только кормить из бутылочки, держа на руках, но и позволить ему побыть с мамой подольше. Возможно, он будет в это время посасывать пустышку.

*Сделать однозначный вывод о пользе или вреде пустышки невозможно. Родителям стоит прислушаться к малышу, понаблюдать за ним, понять его и свои потребности, не прибегать к соске по любому поводу и подумать, действительно ли она необходима в данный момент.*