

ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ СДЕРЖАТЬ СЛЕЗЫ И КРИКИ: ПОПРОСИТЕ О ПОМОЩИ.

Младенцы иногда плачут долго и непрерывно.

Если вы не можете успокоить ребенка, обратитесь за помощью. Это хорошо для вас и вашего ребенка.

Есть способы, успокоиться, которые вам может показать профессионал.

НАЙДИТЕ ПОМОЩЬ И ПОДДЕРЖКУ ЗДЕСЬ:

- Frühe Hilfen: www.fruehehilfen.at
- Консультанты для родителей и центры / консультанты для родителей и малышей /
- Амбулатория для новорожденных и плачущих
- Медицинские работники, такие как Больничные акушерки, педиатры, терапевты
- Психологи и психотерапевты
- Центры защиты детей
- Консультационные центры для женщин и консультационные центры для мужчин.
- Службы помощи детям и молодежи
- Консультации по телефону  1450

Более подробную информацию можно найти здесь: www.fruehehilfen.at/Angebote-Video-Ratgeber.htm



KONTAKT



**Nationales Zentrum
Frühe Hilfen (NZFH.at)**

Stubenring 6, 1010 Wien

T: +43 1 515 61-0 | E: fruehehilfen@goeg.at

Impressum:
Herausgeber: Nationales Zentrum Frühe Hilfen (NZFH.at)
Inhalt: NZFH.at
Grafik: Katrin Pfleger
Fotocredits: © NZFH.at, Bruckmüller

Gesundheit Österreich
GmbH 

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

 VORSORGE MITTEL DER
BUNDESGESUNDHEITSAGENTUR



Если ребенок плачет
Что мы должны сделать,
чтобы вас успокоить?

ВСЕ ПО-ДРУГОМУ.

Она действительно с нетерпением ждала своего ребенка. Но сейчас кое-что изменилось, чем вы ожидали.

Ребенок плачет и плачет. С ней все в порядке, малыш здоров. Плач – это язык младенцев.

Младенцы плачут и кричат – это нормально.



Хотя в данной ситуации это может не показаться это характерно для всех младенцев.

Также нет ничего необычного в том, что родители невежественны и ошеломлены. Или они обеспокоены тем, что другие (например, соседи) будут обеспокоены. Иногда они могут даже быть близки к тому, чтобы потерять контроль.

Постарайтесь сохранять спокойствие.

Ребенок не может быть уверен, что она так много плачет. Плач не означает, что вы как мать или отец делаете что-то не так.

Это всего лишь один способ самовыражения ребенка, единственный способ общения ребенка.

Ваш ребенок никогда не будет плакать, чтобы вас раздражать.

На 2-м и 3-м месяцах жизни здоровые малыши могут плакать по 2-3 часа в сутки. Особенно это актуально в вечернее время.

Если плач возникает чаще или длится дольше, обратитесь к педиатру.

Более подробную информацию можно найти [здесь](http://www.fruehehilfen.at/Wenn-Babys-weinen.htm):

www.fruehehilfen.at/Wenn-Babys-weinen.htm



ЭТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ.

Ей накинули пеленку и накормили ребенка, но ребенок продолжал плакать.

Постарайтесь узнать, что поможет вашему малышу.

- Некоторые дети любят **упражнения**. Другим детям нравится, когда родители **обнимают** их и успокаивают.
- Некоторым младенцам требуется частый **контакт с телом**. Другие предпочитают лежать одни.
- Некоторые младенцы расслабляются при помощи **тихих, мягких звуков**, таких как пение, радио или разговоры. Других беспокоит слишком много раздражителей, им нужна **полная тишина**.
- Многие младенцы хотят почувствовать свои «границы» и успокоиться, например, **плотно закутывая их в одеяло**.



РЕБЕНОК НЕ ПЕРЕСТАЕТ ПЛАКАТЬ.

Даже если это сложно, постарайтесь сохранять спокойствие.

Расслабленный подход поможет вашему малышу.

Чем вы спокойнее, тем лучше ребенок сможет расслабиться.

Решением может быть на время передать ребенка кому-нибудь другому, например отцу, и дайте себе несколько минут, чтобы отдохнуть. Так вы сможете зарядиться энергией и расслабиться.

Примите помощь (например, от профессионала). Таким образом, вы сможете восстановить силы и получить новые силы.

БУДЬТЕ СИЛЬНЫМИ – ДЕРЖИТЕ ВСЕ ПОД КОНТРОЛЕМ.

Если вы заметили, что начинаете терять терпение, выполните следующие действия:

1. Положите ребенка в безопасное место. Это может быть, например, детская кроватка или пол. Всегда аккуратно кладите ребенка и поддерживайте его за голову.
2. Выйдите из комнаты, но оставайтесь поблизости.
3. Сделайте несколько глубоких вдохов.
4. Проверяйте ребенка каждые несколько минут.
5. При необходимости обратитесь за помощью.

Это не навредит вашему ребенку и поможет вам вернуть душевное спокойствие.

Никогда не трясите ребенка.

Никогда не закрывайте и не закрывайте рот ребенка.

Никогда не применяйте силу.

Это может нанести непоправимый вред ребенку.

Если вы потеряли управление, позвоните по номеру 144.

Или немедленно отвезите ребенка в ближайшую клинику.

