Отвечает: Алла Бурлай

Заида пишет: "*У меня маленький сын, ему 3,5 месяца, ребенок очень беспокойный, мало спит, иногда может вообще не спать ни днем, ни ночью, хотя в его возрасте должно быть наоборот. Все вымотаны до предела. Вот молюсь Богу о здоровье ребенка, но пока ничего не меняется. Может быть я неправильно молюсь? Не подскажете тексты молитв о здравии детей ?"*

Дорогая Заида!

Вы правильно делаете, что молитесь. Продолжайте это делать, Бог услышит Вашу молитву. Не надо искать какие-то особые тексты - они не помогают, поможет только Ваша вера в Бога.

Хочется Вам посоветовать: выясните причину такого поведения ребенка. Их может быть очень много. Ему может не хватать молока - тогда он будет просыпаться минут через 15 после кормления. Это могут быть и последствия родовой травмы или осложнений во время беременности и родов. Поэтому обязательно покажите ребенка педиатру и детскому невропатологу!

Вот что я прочитала на одном из сайтов: "Недостаток сна связан с возбуждением, импульсивностью и дефицитом внимания. В большинстве случаев нарушения сна у детей связаны с внешними причинами. К ним относятся смена режима питания, в том числе «отлучение от груди», нарушения режима дня, изменения образа жизни... стесненные условия проживания, конфликты в семье и др. При этом нарушения сна носят, как правило, временный характер и исчезают по мере приспособления ребенка к новым условиям или при устранении причины. Однако расстройства сна могут быть связаны и с серьезными заболеваниями. Это болезни внутренних органов, нервной системы и психические расстройства".

Вот еще интересное наблюдение: "Американский исследователь сна Джеймс Маккена пишет, что при исследовании сна грудных детей было выявлено, что средний интервал

между ночными кормлениями грудью составлял около полутора часов - приблизительная длина взрослого цикла сна. Минимизировать время маминого «недосыпа» можно с помощью рациональной организации совместного сна и ночных кормлений. Очень часто дети лучше спят рядом с матерями. Укачивание можно так же заменить прикладыванием к груди перед сном...Часто дети просыпаются после сна в плохом настроении, также можно предложить грудь, и мир будет снова радовать малыша!.. Именно поэтому ребенку очень важно находится на естественном вскармливании, если у вас были проблемы при родах или во время беременности, которые могли повлечь за собой гипоксию плода и травму его нервной системы".

Еще один совет: Вы пишите, что все измотаны, поэтому постарайтесь сделать так, чтобы каждый в семье мог бы выспаться. Установите "дежурства": распределите время, когда каждый взрослый член семьи будет подходить к ребенку - Вам ведь тоже необходим хороший сон, и прежде всего для здоровья Вашего сына!

И последний - но не по значимости - совет: молитесь Богу о мудрости. Просите мудрости для себя и для врачей, которые будут осматривать Вашего сына. А мы будем молиться о Вас и ребенке! Здоровья Вам и Божьих благословений!