

Как облегчить прорезывание зубов ребенку?

У многих малышей период прорезывания молочных зубов протекает болезненно. Ребенок ощущает сильный дискомфорт, теряет аппетит, плохо спит и нуждается в правильном уходе. Как не сделать хуже и помочь своей крохе пережить это время менее болезненно?

1. Какие общие симптомы прорезывания зубов, и что рекомендуется?

1. *Обильное слюноотделение.*

Один из самых очевидных признаков, когда слюни буквально текут ручьем. Причем проявиться симптом может еще за пару месяцев до начала прорезывания.

Слюнки нужно аккуратно вытирать по мере их появления влажным полотенцем или салфеткой, чтобы не повредить кожу. Лучше всего использовать салфетки, в состав которых входит ксилит — он препятствует размножению бактерий и появлению сыпи на коже.

2. *Сильное желание тянуть все в рот и пережевывать.*

Пережевывание помогает малышу ослабить зуд. Главное спрячьте предметы, которые он может случайно проглотить или поранить себя.

3. *Высыпания на коже.*

Небольшая сыпь на щеках или подбородке может появиться из-за контакта кожи со слюной. На раздраженную кожу нужно просто наносить детский увлажняющий крем.

ВНИМАНИЕ! Если сыпь вокруг рта появилась без других симптомов прорезывания зубов, ребенка лучше показать педиатру!

4. *Покраснение и опухание десен.*

Начинается за 2-5 дней до появления зубов, проходит самостоятельно, делать ничего не нужно.

Также на десне можно заметить синий пузырёк. Это гематома прорезывания. Она возникает в результате разрушения мелких сосудов десны при прорезывании зуба.

Никакого специфического лечения она не требует. В скором времени она рассосётся самостоятельно.

2. Какие бывают осложнения, и когда обращаться к врачу?

Кашель - кашель усиливается, не отступает, не дает ребеночку спать, мешает кушать ребенку. Не прекращается больше 2-х суток. Тяжело дышать.

Выделения из носа - 4-е сутки не проходит насморк. Много желтых или зеленых выделений.

Высокая температура - жар выше 38,5 °C более 2-х суток. Появляются признаки простуды (сильный кашель и насморк).

Жидкий стул - продолжается более 72 ч.

Изменения в полости рта - слизистую полости рта покрывает белый налет или язвочки.

3. Что можно сделать, чтобы помочь ребенку при сильном зуде и болях?

- Чаще носите малыша на руках, играйтесь с ним и отвлекайте его.
- Давайте охлажденную воду в бутылочке, прохладное фруктовое пюре или кефир. Главное, чтобы жидкость не была слишком холодной, иначе малыш простудится.
- Делайте массаж десен специальной силиконовой щеточкой (смотрите картинку выше) или можете аккуратно своим чистым пальцем.
- Купите крохе прорезыватель и давайте жевать.

Такие приспособления производят из пластика, резины, силикона, дерева или сочетают разные материалы. Поверхность игрушек должна быть упругой и неровной, чтобы ребенку было легче чесать десны. Охлажденный прорезыватель лучше снимает зуд, поэтому его можно положить для охлаждения в холодильник на 10-15 минут. **Но не охлаждайте его в морозильной камере!**

Не используйте гели для десны с лидокаином и бензокаином.

У ребёнка много слюны в полости рта, поэтому гели в этот период не эффективны.

Большую часть геля ребенок проглатывает.

4. Что делать нельзя делать, когда у ребенка режутся зубы?

- Сильно трогать десны ребенка своими пальцами, надавливать на них и расковыривать. Так можно усилить боль или занести инфекцию.
- Проводить вакцинацию, т.к. у малыша в этот период ослаблен иммунитет.
- Без присмотра давать ребенку жевать любые твердые продукты, из-за которых он может подавиться.
- Давать гомеопатические средства. Они не просто не помогут ребенку, а способны нанести серьезный вред.

Прорезывание молочных зубов — не беда, а естественный процесс для детского организма. Но если Вы в чем-то не уверены — не стесняйтесь спрашивать у специалистов. Если остались вопросы — пишите нам в инстаграме.