

Содержание

| | |
|--|----|
| Познакомьтесь: это ваш новый ребенок! | 11 |
| Ребенок: схема и список деталей | 15 |
| ■ Голова | 16 |
| ■ Тело | 17 |

[ГЛАВА 1]

ПОДГОТОВКА И УСТАНОВКА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

21

| | |
|---|----|
| Подготовка места для установки | 22 |
| Выбор параметров конфигурации детской | 23 |
| ■ Кроватка | 24 |
| ■ Пеленальный столик/комод | 24 |
| ■ Другие принадлежности для ухода за ребенком | 26 |
| Принадлежности, необходимые для ухода за ребенком | 30 |
| Основные аксессуары для транспортировки | 32 |
| ■ Переноски | 32 |
| ■ Коляски | 36 |
| ■ Автокресла | 36 |
| Знакомство с представителем сервисной службы | 40 |

[ГЛАВА 2]

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ПО УХОДУ

43

| | |
|--|----|
| Установление связи с малышом | 44 |
| Правильное обращение с новорожденным | 45 |
| ■ Как поднять ребенка | 45 |
| ■ «Колыбель» | 46 |
| ■ На плече | 47 |
| ■ Как передать ребенка | 48 |
| Как держать ребенка, который научился ползать | 49 |
| ■ На бедре | 49 |
| ■ «Мешок с картошкой» | 51 |
| Плач: учимся распознавать аудиосигналы ребенка | 52 |
| Как успокоить ребенка | 55 |
| ■ Как завернуть ребенка в одеяло | 56 |
| ■ Выбор и установка успокаивающего средства (соски) .. | 60 |
| ■ Массаж | 62 |

| | |
|--------------------------|----|
| Игра с малышом | 65 |
| ■ Музыкальные игры..... | 65 |
| ■ Укрепляющие игры | 66 |
| ■ Выбираем игрушки | 68 |

[ГЛАВА 3]

КОРМЛЕНИЕ: ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕБЕНКА ЭНЕРГИЕЙ 73

| | |
|---|-----|
| Программирование графика кормления малыша | 74 |
| ■ Настройка функции кормления, месяц 1..... | 74 |
| ■ Настройка функции кормления, месяцы 2–6 | 75 |
| ■ Настройка функции кормления, месяцы 7–12..... | 76 |
| Кормление по требованию и по гибкому графику | 77 |
| Грудное вскармливание ребенка | 80 |
| ■ Основы грудного вскармливания..... | 80 |
| ■ Принадлежности для грудного вскармливания..... | 82 |
| ■ Как правильно питаться во время грудного вскармливания | 83 |
| ■ Положения тела для грудного вскармливания | 86 |
| ■ Прикладывание к груди | 90 |
| ■ Чередование молочных желез и правильная частота кормления..... | 92 |
| Искусственное вскармливание | 94 |
| ■ Мытье бутылочек | 94 |
| ■ Кормление ребенка молочной смесью..... | 95 |
| ■ Хранение грудного молока..... | 98 |
| ■ Кормление ребенка из бутылки | 100 |
| Как сделать, чтобы у малыша отошел воздух | 101 |
| ■ В позе на плече (рис. А)..... | 104 |
| ■ В позе сидя (рис. Б)..... | 106 |
| Устраняем необходимость ночных кормлений..... | 106 |
| Введение в рацион ребенка твердой пищи..... | 107 |
| ■ Принадлежности для кормления твердой пищей | 107 |
| ■ Кормление ребенка твердой пищей..... | 108 |
| ■ Подготовка ребенка к самостоятельному кормлению | 112 |
| ■ Шесть продуктов, которых нужно избегать..... | 114 |
| Отнимаем ребенка от груди..... | 115 |

| | |
|--|------------|
| [ГЛАВА 4] | |
| ПРОГРАММИРОВАНИЕ РЕЖИМА СНА | 119 |
| Конфигурация места для сна | 120 |
| ■ Колыбель (рис. А) | 120 |
| ■ Кроватка (рис. Б) | 121 |
| ■ Ваша кровать (рис. В) | 122 |
| Основные сведения о режиме сна | 122 |
| ■ Основные сведения о циклах сна | 123 |
| ■ Использование таблицы сна | 127 |
| Активация режима сна | 128 |
| ■ Активация режима сна пользователем | 128 |
| ■ Активация режима сна моделью (версия 1.0) | 131 |
| ■ Активация режима сна моделью (версия 2.0) | 132 |
| Перепрограммирование дневного сна в ночной | 133 |
| Активация режима сна в разных условиях | 134 |
| ■ Коляска | 135 |
| ■ Автомобиль | 135 |
| Ребенок проснулся ночью | 136 |
| ■ Переходные объекты | 137 |
| ■ Как справиться с перевозбуждением | 139 |
| Нарушения режима сна | 140 |
| [ГЛАВА 5] | |
| ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ | |
| ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ | 143 |
| Основные сведения о подгузниках и их установка | 144 |
| ■ Установка и настройка конфигурации пеленального столика | 144 |
| ■ Пеленки и подгузники | 148 |
| ■ Установка подгузника | 148 |
| ■ Основные сведения о пеленочном дерматите и его лечении | 152 |
| Наблюдение за функцией сброса отходов | 154 |
| ■ Функционирование мочевого пузыря | 154 |
| ■ Функционирование кишечника | 155 |
| Санитарная обработка | 158 |
| ■ Обтирание губкой (рис. Б) | 159 |
| ■ Купание в ванночке (рис. В) | 162 |

| | |
|---|-----|
| ■ Купание в ванне..... | 163 |
| ■ Мытье волос..... | 166 |
| ■ Чистка ушей, носа и стрижка ногтей..... | 167 |
| ■ Чистка зубов..... | 168 |
| Стрижка волос..... | 170 |
| Одеваем ребенка..... | 172 |
| Защита ребенка от жары и холода..... | 173 |
| ■ Сильная жара..... | 174 |
| ■ Сильный холод..... | 175 |

[ГЛАВА 6]

РОСТ И РАЗВИТИЕ 179

| | |
|---|-----|
| Двигательные и сенсорные возможности ребенка..... | 180 |
| ■ Визуальные сенсоры (зрение)..... | 180 |
| ■ Аудиосенсоры (слух)..... | 180 |
| ■ Двигательный механизм (движение)..... | 182 |
| ■ Сенсоры обоняния (обоняние)..... | 182 |
| Проверка рефлексов малыша..... | 183 |
| ■ Сосательный рефлекс..... | 183 |
| ■ Корневой рефлекс..... | 184 |
| ■ Рефлекс Моро..... | 184 |
| ■ Хватательный и подошвенный рефлекс..... | 185 |
| ■ Шаговый рефлекс..... | 186 |
| ■ Асимметричный шейный тонический рефлекс..... | 186 |
| ■ Защитные рефлексы..... | 187 |
| Этапы развития в течение первого года жизни..... | 187 |
| ■ Третий месяц жизни..... | 188 |
| ■ Шестой месяц жизни..... | 189 |
| ■ Девятый месяц жизни..... | 190 |
| ■ Двенадцатый месяц жизни..... | 190 |
| Нормы веса | |
| и роста ребенка..... | 192 |
| Речевая коммуникация..... | 195 |
| ■ Гуление..... | 196 |
| ■ Естественная речь..... | 196 |
| Подвижность ребенка..... | 197 |
| ■ Ползание..... | 198 |
| ■ Подтягивание..... | 198 |
| ■ Лазанье..... | 199 |
| ■ Ходьба..... | 201 |

| | |
|--|-----|
| ■ Падения..... | 201 |
| Как справиться с сепарационной тревогой..... | 202 |
| Как справиться с детской истерикой..... | 204 |

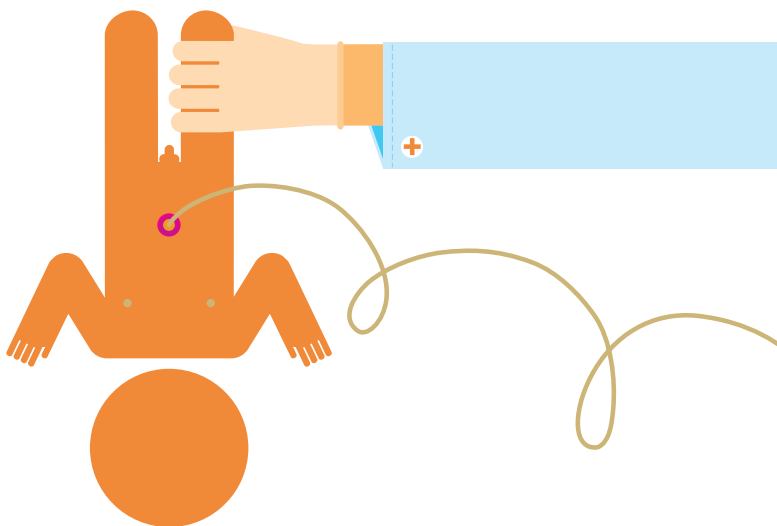
[ГЛАВА 7]

БЕЗОПАСНОСТЬ И АВАРИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ 207

| | |
|--|-----|
| Защита ребенка от объектов окружающей среды..... | 208 |
| ■ Основные принципы защиты ребенка..... | 208 |
| ■ Кухня..... | 210 |
| ■ Ванная..... | 211 |
| ■ Спальня..... | 212 |
| ■ Гостиная..... | 213 |
| ■ Столовая..... | 213 |
| ■ Путешествия..... | 213 |
| Аптечка первой помощи для малыша..... | 214 |
| Прием Геймлиха и искусственное дыхание..... | 215 |
| ■ Как определить, что у ребенка проблема с дыханием..... | 215 |
| ■ Прием Геймлиха..... | 217 |
| ■ Искусственное дыхание..... | 219 |
| Измерение температуры тела ребенка..... | 222 |
| Медицинское обслуживание..... | 224 |
| ■ Аллергия на медикаменты..... | 224 |
| ■ Астма..... | 224 |
| ■ Ветрянка..... | 225 |
| ■ Газы..... | 226 |
| ■ Диарея..... | 226 |
| ■ Жар..... | 227 |
| ■ Закупорка слезного протока..... | 228 |
| ■ Заложенность носа..... | 228 |
| ■ Запор..... | 229 |
| ■ Икота..... | 231 |
| ■ Колики..... | 231 |
| ■ Конъюнктивит..... | 232 |
| ■ Ложный круп..... | 233 |
| ■ Обезвоживание..... | 233 |
| ■ Остаток пуповины..... | 234 |
| ■ Порезы..... | 235 |
| ■ Прорезывание зубов..... | 236 |
| ■ Рвота..... | 236 |
| ■ Реакция на вакцинацию..... | 237 |

| | |
|---|-----|
| ■ Рефлюкс (срыгивание) | 238 |
| ■ Родимые пятна и высыпания..... | 239 |
| ■ Себорейный дерматит..... | 241 |
| ■ Тремор..... | 242 |
| ■ Угревая сыпь | 242 |
| ■ Укусы насекомых..... | 243 |
| ■ Ушные инфекции..... | 243 |
| ■ Шишки и синяки..... | 244 |
| Защита ребенка | |
| от синдрома внезапной детской смерти (СВДС) | 245 |
| Распознавание серьезных заболеваний | 246 |
| ■ Менингит..... | 247 |
| ■ Пневмония..... | 247 |
| ■ Судороги..... | 248 |
| ■ РСВ..... | 249 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ | |
| Плановое техническое обслуживание..... | 258 |
| ■ Возраст: новорожденный..... | 261 |
| ■ Возраст: 3–5 дней..... | 262 |
| ■ Возраст: 1–3 месяца..... | 263 |
| ■ Возраст: 4 месяца..... | 264 |
| ■ Возраст: 6 месяцев..... | 265 |
| ■ Возраст: 9 месяцев..... | 266 |
| ■ Возраст: 12 месяцев..... | 267 |
| FAQ..... | 268 |
| ■ Может ли мой малыш перегреться?..... | 268 |
| ■ Когда ребенку пора начинать есть твердую пищу?..... | 269 |
| ■ Сколько подгузников мне придется использовать и когда нужно приучать малыша к туалету? | 269 |
| ■ Я регулярно обновляю антивирусную защиту малыша, почему он часто болеет? | 270 |
| ■ Медицинские специалисты доступны круглосуточно и ежедневно? К кому обращаться в нерабочие часы? .. | 270 |
| ■ Нужно ли прививать ребенка?..... | 271 |
| ■ Вокруг так много разной информации. Чему мне верить? | 272 |
| Поиск и устранение неисправностей..... | 273 |
| Об авторах..... | 278 |
| Об иллюстраторах | 279 |

Познакомьтесь: это ваш новый ребенок!



ВНИМАНИЕ!

Перед тем как начать чтение данного руководства, внимательно осмотрите вашу модель ребенка и убедитесь в наличии всех стандартных деталей, описание которых приведено на с. 16–19. Если некоторые отсутствуют или не функционируют, немедленно свяжитесь с техническим специалистом по обслуживанию вашей модели.

Поздравляем вас с появлением малыша!

Данный ребенок может быть удивительно похож на другие модели, имеющиеся в вашем доме. Так же, например, как компьютеру, для выполнения сложных задач и функционирования всех элементов ему требуется постоянный источник энергии. Как принтеру, для эффективной работы ребенку нужна регулярная чистка. Подобно автомобилю, младенец может выделять в атмосферу неприятные запахи.

Но важное отличие состоит в том, что и к компьютерам, и к принтерам, и к автомобилям есть инструкции по эксплуатации. Памятки по обращению с новорожденными нет, и именно поэтому мы решили создать эту книгу! «*Инструкция для владельцев*» — подробное руководство по эксплуатации, которое поможет вам наилучшим образом взаимодействовать с новорожденным.

Не обязательно читать книгу от корки до корки. Для простоты использования она разделена на 7 частей. При возникновении вопросов или трудностей обратитесь к одной из следующих глав.

В главе ПОДГОТОВКА И УСТАНОВКА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ (с. 21–41) описываются процесс подготовки к появлению ребенка и конфигурация детской комнаты, предложен выбор средств транспортировки (включая коляски и переноски).

В главе ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ПО УХОДУ (с. 43–71) рассказано о техниках обращения с ребенком и способах

его успокоения, сложных процедурах (пеленание, массаж), игрушках, развивающих детский интеллект.

КОРМЛЕНИЕ (с. 73–117) — в этой главе приведена подробная информация об источниках энергии ребенка, даны рекомендации по грудному и искусственному вскармливанию, срыгиванию и введению в рацион малыша твердой пищи.

В главе **ПРОГРАММИРОВАНИЕ РЕЖИМА СНА** (с. 119–141) рассмотрены техники погружения ребенка в сон, рассказано о сбое режима ночного сна, о том, как справиться с перевозбуждением малыша и оборудовать зону отдыха.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ (с. 143–177) — здесь вы найдете важную информацию о безопасности, санитарной обработке и здоровье вашей модели. Даны инструкции по смене подгузников, очищению ребенка, а также по стрижке волос.

Глава **РОСТ И РАЗВИТИЕ** (с. 179–205) посвящена проверке рефлексов младенца и определению параметров его развития. Приведены сведения по расширенным моторным и сенсорным функциям (ползание, подтягивание и речь).

В главе **БЕЗОПАСНОСТЬ И АВАРИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ** (с. 207–257) рассказывается об эффективных способах защиты малыша от неприятностей: приеме

ДРУГИЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ (не прилагаются)

Всегда держите эти предметы под рукой для технического обслуживания вашей модели

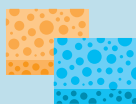


Бутылочки

Молочная смесь

Каши

Чашки-поильники



Соски

Губки

Мыло

Полотенца и одеяла



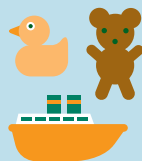
Шампуни

Кремы

Вазелин

Лосьоны

Детские салфетки



Подгузники

Одежда

Головные уборы

Игрушки

Геймлиха, искусственном дыхании и непрямом массаже сердца, а также о контроле состояния здоровья ребенка. Пользователям рекомендуется ознакомиться и с возможными расстройствами (себорейный дерматит, икота, конъюнктивит), ведущими к сбою в работе модели.

При правильном обращении ваш малыш принесет вам много радости, будет любить вас и глубоко привяжется к вам. Но нужно терпение: понимание всех особенностей взаимодействия с ребенком требует немалых усилий. В последующие несколько месяцев у вас может не раз возникнуть чувство разочарования, безнадёжности и даже отчаяния! Эти реакции нормальны и со временем исчезнут. Однажды, в самом ближайшем будущем, сменить подгузник или разогреть молоко станет для вас так же легко, как включить компьютер. Тогда вы поймете, что овладели мастерством обращения с малышом.

Удачи вам — и наслаждайтесь этим общением!

Ребенок: схема и список деталей

На всех моделях должны быть предустановлены следующие элементы. Если у ребенка отсутствует одна или более описанных здесь функций, немедленно свяжитесь с техническим специалистом по обслуживанию.

Голова

Голова. Изначально может выглядеть необычно большой или иметь форму конуса, в зависимости от конфигурации модели и условий ее появления. Через 4–8 недель она примет более округлую форму.

Окружность. Средняя окружность головы у всех моделей — 35 см (нормальным считается размер в диапазоне от 32 до 37 см).

Волосы. Доступны не для всех моделей при появлении. Цвет может измениться.

Роднички (передний и задний). Также известны под названием «большой и малый родничок». Это два участка на черепе ребенка, где кости не срослись. Никогда не давите на роднички. К концу первого года жизни (или чуть позже) они должны срастись полностью.

Глаза. Большинство европеоидных моделей появляются с голубыми или серыми глазами, африканские и азиатские модели — с карими. В течение первых месяцев жизни цвет радужной оболочки может измениться несколько раз. По истечении 9–12 месяцев у ребенка автоматически установится определенный цвет глаз.

Шея. Изначально такой элемент может показаться вам невообразуемым. Это не является дефектом. Через 2–4 месяца шею можно будет использовать.

Тело

Кожа. Кожа ребенка может быть чрезвычайно чувствительной к химикатам, присутствующим в новых (нестиранных) предметах одежды и в обычном стиральном порошке. Для стирки всех вещей в доме рекомендуется использовать порошок без отдушек и химикатов.

Остаток пуповины. Этот отросток высохнет и через несколько недель отпадет. Необходимо очищать участок кожи вокруг отростка во избежание инфицирования и для образования здорового пупка (см. с. 243).

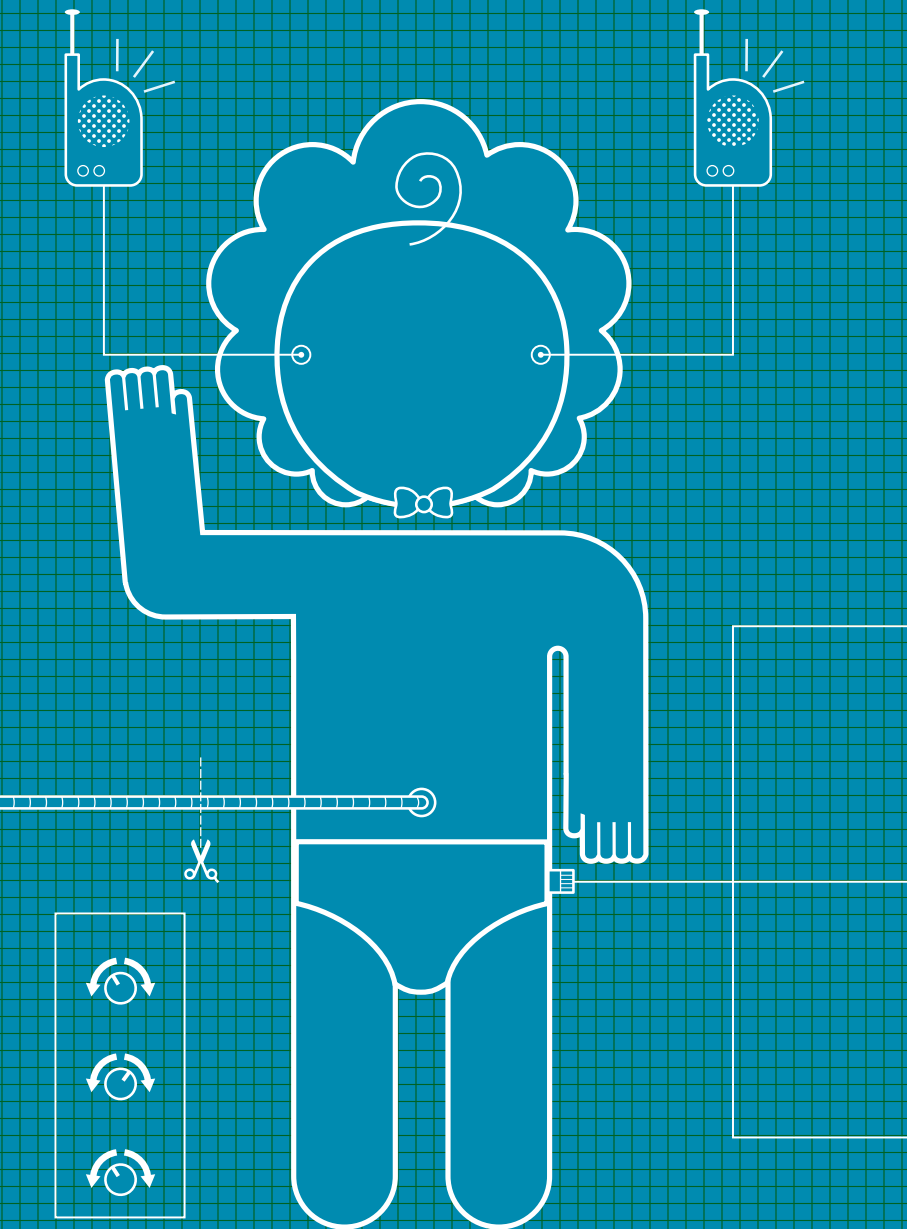
Прямая кишка. Данное приспособление служит для вывода твердых отходов ребенка наружу. Также может пригодиться для измерения его внутренней температуры, которая должна составлять примерно 37 °С (для этого нужно вставить в порт градусник) (см. с. 223).

Половые органы. Если они кажутся слегка увеличенными, можно не беспокоиться. Это никак не повлияет на их размер или форму в будущем.

Пушок. На многих моделях предустановлен лануго (зародышевый пушок) — мягкий волосяной покров на плечах или спине. Через несколько недель он пропадет.

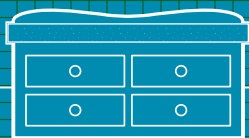
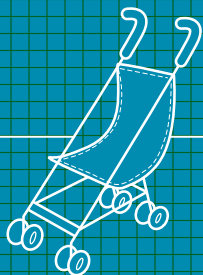
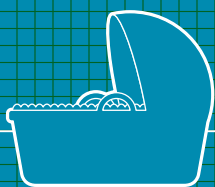
Вес. Средний вес моделей при появлении — 3,4 кг. Вес большинства моделей — 2,5–4,5 кг.

Рост. В среднем изначальный рост моделей — 51 см. Рост большинства моделей может колебаться в диапазоне от 45 до 56 см.



[Глава 1]

Подготовка и установка в домашних условиях



Подготовка места для установки

Новорожденный обладает ограниченной мобильностью, поэтому нет большой необходимости в его защите от объектов окружающего пространства. Тем не менее рекомендуются следующие действия по подготовке места к прибытию ребенка.


[1] Завершите все ремонтные работы дома заблаговременно, до появления малыша. Ребенок способен отодвинуть ремонт на задний план на годы или даже десятилетия.

[2] Отрегулируйте температуру воздуха в помещении. В течение первых нескольких месяцев жизни малышу потребуется помощь во внутренней терморегуляции. Оптимальная температура воздуха в комнате новорожденного — 20–22 °С.

[3] Проведите тщательную уборку. По завершении всех дел спрячьте лишние предметы. Убирайтесь на кухне после каждого приема пищи. Роды могут начаться неожиданно. Необходимо быть готовыми заранее.

[4] Заготовьте большой запас провизии. Заполните все шкафы сыпучими продуктами питания. Закупите достаточно замороженных продуктов для ночных перекусов. Передвижение по узким проходам супермаркета с новорожденным станет для вас весьма сложной задачей.

[5] Приготовьте пищу заранее. Заморозьте ее в морозильнике. Таким образом, у вас будет достаточный запас еды на несколько недель после появления ребенка в доме.

 **СОВЕТ СПЕЦИАЛИСТА.** В течение последних четырех недель перед появлением малыша бензобак вашего автомобиля всегда должен быть заполнен как минимум наполовину.

Выбор параметров конфигурации детской

Большинство пользователей предпочитает держать ребенка в специально предназначенном для этого помещении.

Его называют детской. Настоятельно рекомендуется выбрать параметры ее конфигурации до появления вашей модели. Очень важно организовать пространство эргономично, т.к. некоторые инструменты и предметы могут понадобиться в любую секунду.

Кроватка

Кроватка является самым важным объектом детской. Она должна быть расположена в безопасном, удобном и легкодоступном месте (именно в таком порядке).

Безопасность. Кроватку следует установить вдали от окон, воздуховодов отопительных приборов/кондиционеров, радиаторов, свободно висящих или тяжелых объектов, таких как карнизы, картины в рамах или светильники. Она должна стоять на мягком ковре или плотном декоративном коврик.

Удобство. Ребенок будет чувствовать себя в большей безопасности, если поставить кроватку в углу комнаты. Нельзя устанавливать ее в месте, где она будет подвергаться воздействию прямых солнечных лучей.


Доступность. В идеале кроватка должна быть видна из двери в комнату, чтобы пользователи могли с легкостью отслеживать положение ребенка.

Подробную информацию по выбору идеальной конструкции кроватки см. на с. 120.

Пеленальный столик/комод

Пеленальный столик, который иногда поставляется в комбинации *пеленальный столик/комод*, — это плоская ровная поверхность, расположенная примерно

на высоте вашей талии, необходимая для удаления и повторной установки подгузников на модель. Так же как и кровать, пеленальный столик должен быть безопасным, удобным и легкодоступным. Его конфигурация должна обеспечивать моментальный доступ ко всем нужным принадлежностям.

 **ВНИМАНИЕ!** *Никогда не оставляйте ребенка без присмотра на пеленальном столике. Это может привести к серьезным повреждениям и/или неисправностям.*

Безопасность. Ползающий малыш может схватиться рукой за переднюю часть пеленального столика в попытке встать на ноги. Рекомендуется прикрепить столик к стене с помощью кронштейнов, чтобы обеспечить его вертикальное положение. Запрещается помещать столик вблизи обогревателей, карнизов или других потенциально опасных объектов.

Удобство. Многие пользователи приобретают специальный коврик. Его помещают на пеленальный столик в целях повышения уровня комфорта ребенка. Такие коврики обычно продаются с клеенками, которые можно накрыть хлопковой простыней.

Доступность. В идеале пеленальный столик должен быть расположен на расстоянии вытянутой руки от места хранения дополнительных принадлежностей и одежды, утилизатора подгузников и корзины для белья.

Другие принадлежности для ухода за ребенком

Кресло-качалка или стул. Поместите этот предмет в углу комнаты, чтобы оставить больше места для игр. Рядом с креслом поставьте небольшой столик, где будете хранить мягкие салфетки на случай срыгивания, лампу со светорегулятором, книгу для чтения, часы для отслеживания времени кормления и теплое одеяло.

Ящик для игрушек. Если места мало, приготовьте невысокий ящик для игрушек, который можно задвинуть под кровать.

Увлажнитель воздуха. Если у вас есть увлажнитель воздуха, расположите его на расстоянии как минимум метра от кровати. Оседание на ней влаги может стать причиной размножения бактерий.

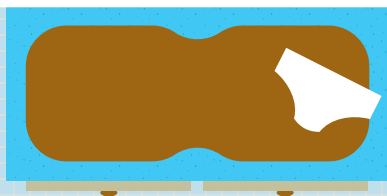
Терморегулятор. Рекомендуется установить в детской терморегулятор, т. к. в разных помещениях в доме может быть разная температура. Для малыша идеально подойдет 20 °С.

Обогреватель. Если в детской имеется обогреватель, держите его подальше от кровати и легковоспламеняющихся материалов. И выключайте, если не планируете находиться в помещении.

Радионяня. Это устройство используется для контроля звуковых настроек ребенка и его режима сна из любой части дома. Передатчик, как правило, остается

включенным все время и находится рядом с электрической розеткой. По возможности не используйте удлинителей.

Ночник. Повесьте небольшой ночник рядом с кроватью; он должен быть расположен вне поля зрения малыша.



1



1 Пеленальный столик (для смены подгузников) (см. с. 144)

2 Увлажнитель воздуха

3 Терморегулятор

4 Обогреватель

5 Кроватка видна из двери

6 Нескользящий коврик

7 Комод

8 Кресло-качалка или стул

9 Радионяня

10 Ночник

11 Бутылочка

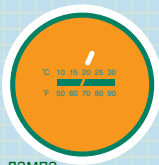
12 Столик для оборудования (салфетка, лампа, книга, радио, часы, одеяло)

13 Ящик для игрушек (задвигается под кроватку)

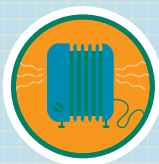
14 Кроватка (стоит в углу комнаты)



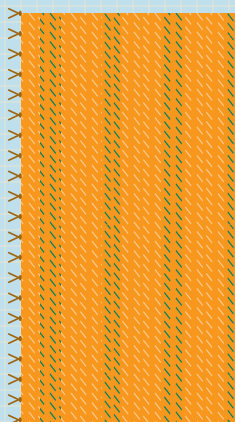
2



3



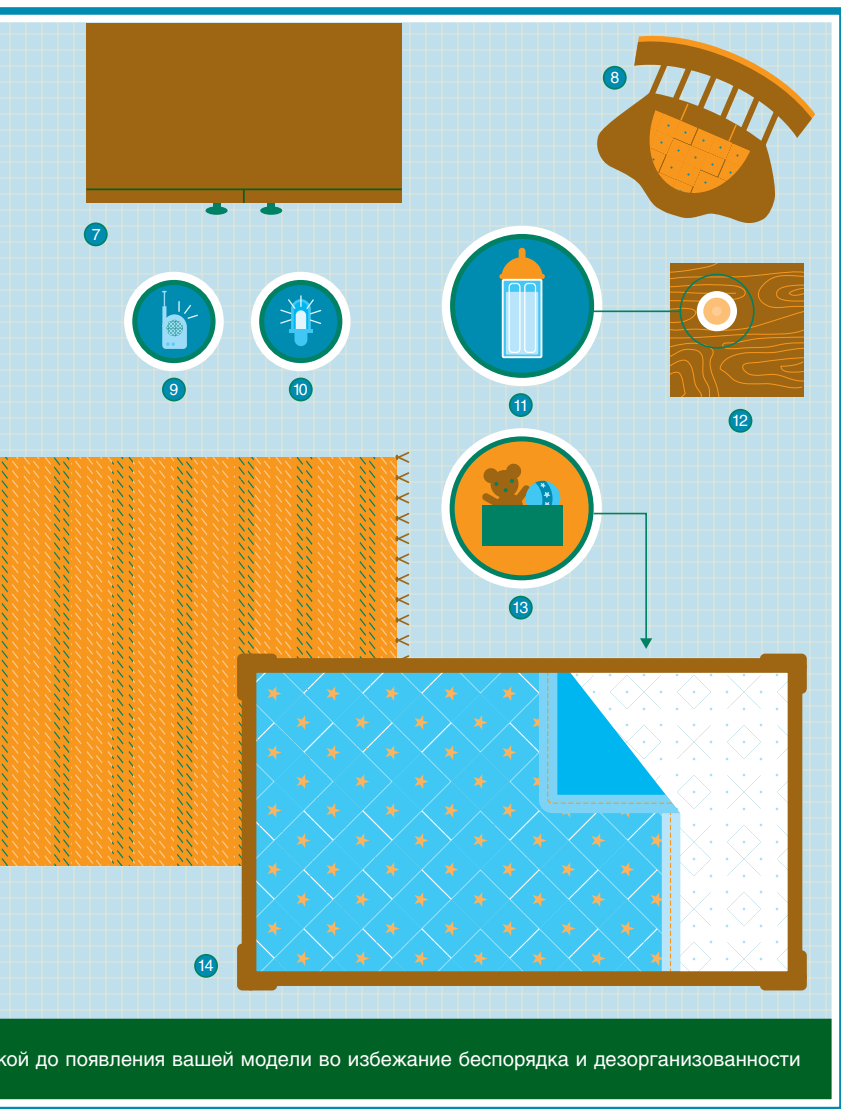
4



6

5

КОНФИГУРАЦИЯ ДЕТСКОЙ: очень важно выбрать параметры конфигурации детской



Принадлежности, необходимые для ухода за ребенком

Для правильного ухода за моделью необходимы специальные принадлежности. Ниже перечислены предметы, которые понадобятся вам в течение первых месяцев жизни ребенка. Большую их часть рекомендуется приобрести заблаговременно, до появления младенца.

ПОСТЕЛЬНЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ:

- 2 простыни на резинке для кровати или колыбели
- 4–6 хлопчатобумажных одеял/пеленок
- мягкий бортик для кровати

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ ДЛЯ СМЕНЫ ПОДГУЗНИКОВ:

- влажные бесспиртовые салфетки
- защитный крем
- крем под подгузник
- лосьон
- ватные палочки
- 36–60 полотняных пеленок с 6 штанишками

ИЛИ

- 1–2 упаковки подгузников для новорожденных

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ:

- 6–12 слюнявчиков на случай срыгивания
- 2 бюстгальтера для кормления

- вкладыши в бюстгальтер
- ланолиновый крем
- 4–6 бутылочек (объемом 125 мл) с сосками
- накладки для сосков
- молокоотсос с бутылками для хранения

ИЛИ

- недельный запас молочной смеси (при необходимости)

ОДЕЖДА:

- 5–7 боди
- 3–5 распашонок
- 3–5 цельных пижам-комбинезонов
- 3–5 ползунков
- 3–5 пар носочков
- рукавички-царапки
- 2–3 шапочки
- флисовый костюмчик, свитер, курточка (в зависимости от климата)

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ ДЛЯ УМЫВАНИЯ И КУПАНИЯ:

- небольшая пластмассовая ванночка
- 2–3 полотенца с капюшоном
- 2–3 махровые салфетки
- детское мыло
- детский шампунь
- набор для ухода за волосами и ногтями
- груша для носа

Основные аксессуары для транспортировки

Родителям рекомендуется использовать специальные принадлежности для транспортировки ребенка. Информация, приведенная ниже, поможет вам выбрать оборудование, соответствующее вашему образу жизни.

Переноски

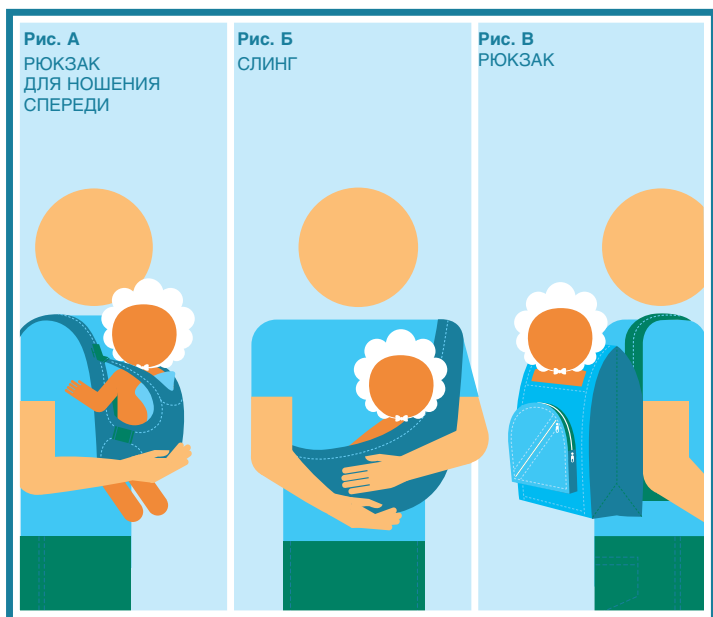
Переноска позволяет родителям транспортировать ребенка на себе, практически не затрачивая усилий. Надо учитывать и свои ощущения; если вам неудобно пользоваться переноской, откажитесь от данного приспособления.

Рюкзак для ношения спереди (рис. А). Этот рюкзак, состоящий из плечевых лямок и сумки для малыша, позволяет родителю переносить ребенка на груди. Малыша нужно посадить лицом к себе, пока у него в достаточной степени не развились мышцы шеи. В таких устройствах можно переносить ребенка примерно до 6 месяцев.

Слинг/перевязь (рис. Б). Эти переноски, как правило, сделанные из мягкой хлопчатобумажной ткани, нейлона или лайкры, вешаются на плечо или оборачиваются вокруг тела родителя. Их можно использовать

для перемещения не только новорожденных, но и детей до 12 месяцев и старше.

Рюкзак для ношения сзади (рис. В). Обычно подобный рюкзак оснащен металлической или пластиковой рамой с мягкой хлопковой или нейлоновой подкладкой, позволяющей носить ребенка на спине. Малыш должен обладать хорошей силой мышц шеи и спины, чтобы ездить в таком рюкзаке; эта сумка не рекомендуется для детей младше 6–9 месяцев. Выберите регулируемую модель рюкзака, оснащенную солнцезащитным козырьком и карманами для хранения.



Модель:**КЛАССИЧЕСКАЯ КОЛЯСКА**

Колеса: 4 или 8

Срок эксплуатации: до достижения ребенком веса 18–20 кг

Вес коляски: от среднего до большого

Складывается: да

Универсальность: многие коляски совместимы с автокреслами для новорожденных

Функциональность: 2–4 положения сиденья

Места для использования: тротуар, ровные дороги, большинство покрытий в помещениях

**Модель:****ПРОГУЛОЧНАЯ КОЛЯСКА**

Колеса: 3, 4 или 8

Срок эксплуатации: до достижения ребенком веса 16–20 кг

Вес коляски: от среднего до большого

Складывается: да

Универсальность: некоторые коляски совместимы с автокреслами для новорожденных

Функциональность: 1–2 положения сиденья

Места для использования: тротуар, дорога, большинство покрытий в помещениях, тропинки в парках



КОЛЯСКИ: пользователю-новичку рекомендуется провести «тест-драйв» коляски перед покупкой

Модель:**ЛЕГКАЯ КОЛЯСКА (трость)**

Колеса: 4 или 8

Срок эксплуатации: до достижения ребенком веса 13–20 кг

Вес коляски: небольшой

Складывается: да

Универсальность: нет

Функциональность: 1–3 положения сиденья

Места для использования: большинство покрытий в помещениях и ровные тротуары

**Модель:****БЕЗРАМНАЯ КОЛЯСКА**

Колеса: 4

Срок эксплуатации: до достижения ребенком веса 9–11 кг

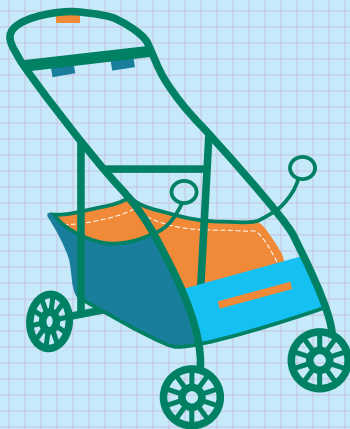
Вес коляски: небольшой

Складывается: да

Универсальность: дизайн коляски позволяет совмещать ее с автокреслами для новорожденных

Функциональность: нет

Места для использования: большинство покрытий в помещениях и ровные тротуары



Спросите у продавца о держателе для бутылочек, капюшоне от солнца, корзине для покупок и пр.