**Кормление ребенка раннего возраста**

Умение есть - одна из первых способностей, которую вырабатывает ребенок для удовлетворения своих потребностей. Даже новорожденный обладает рефлексами, которые заставляют его:

-поворачивать голову и искать грудь, когда дотрагиваются до его щеки;

-сосать и глотать;

-кричать, когда он голоден.

Обычно навыки еды у ребенка постепенно совершенствуются без какой-либо специальной тренировки. Сначала ребенок пользуется губами и языком, чтобы сосать и глотать жидкости. Потом он учиться откусывать и пережевывать твердую пищу, подносить пищу рту руками. Первичные рефлексы поворачивания головы и сосания постепенно исчезают, по мере того как ребенок учиться управлять своими движениями при еде.

Младенец во время кормления часто кладет ручку на бутылочку. К 5-6 месяцам малыш держит бутылочку уже двумя руками, постепенно руки оказываются перед его лицом и он смотрит на них.

В возрасте около одного месяца младенец начинает брать руку в рот, но он делает это неосознанно, позже он уже специально засовывает в рот обе руки и сосет их.

Шестимесячный ребенок он уже может засунуть в рот сухарик и пососать его.

Малыш восьми-девяти месяцев во время еды уже может держать ложку вместе с мамой, иногда «помогает» маме подносить чашку к своему рту.

Детям 9-12 месяцев нравится опускать руку в тарелку, мять еду и исследовать ее руками.

Ребенок в возрасте 15-16 месяцев уже может брать ложку всей рукой и есть сам, хотя еще недолго и неуклюже. Ему трудно зачерпывать еду ложкой, и он кладет ее в ложку свободной рукой.

С этого момента навыки самостоятельного приема пищи развиваются довольно быстро. К 2 годам малыш, как правило, может и любит есть сам.

 Однако, у некоторых детей естественное развитие навыков еды затруднено. Это может быть обусловлено общей задержкой в развитии, либо связано с определенным физическим недостатком ( например, расщелины твердого и мягкого неба и т.д.). Чем труднее ребенку управлять своими телодвижениями, тем труднее ему есть. Затруднения с едой могут возникнуть из-за слабых мышц рта и губ, плохого владения головой. Еще сложнее кормление ребенка с церебральным параличом, поскольку он не может управлять движениями рта, головы и тела; плохо сидит; ему трудно сгибать ноги в бедрах, чтобы потянуться вперед; у него плохая координация рук и глаз; ему трудно держать предметы и подносить их ко рту. Все это нужно учитывать, чтобы наладить питание.

Прежде чем начать кормить ребенка, убедитесь, что он находиться в удобном положении. Поза может облегчить либо затруднить процесс кормления. Для облегчения акта глотания и уменьшения риска аспирации кормить ребенка нужно в максимально возможной вертикальной позе. Если вертикализация невозможна, допустимо положение: корпус приподнят (угол 40-45 градусов), голова немного приподнята. Подбор позы зависит от физических возможностей и медицинских показаний.

Во время кормления с ложки крайне важно контролировать рот ребенка. Научить ребенка пользоваться языком иначе, чем при сосании (движение языка вперед-назад)проталкивать пищу между деснами, чтобы разжевать, и к глотке, чтобы проглотить.

Необходимо правильно подобрать ложку. Ложка не должна быть слишком глубокой, так малышу будет трудно снимать губами пищу. Если ложка слишком длинная и у нее острый конец, то это может вызвать рвотный рефлекс. Идеальная – неглубокая и округлой формы. Всегда подносите ложку спереди к ребенку, а не сбоку и не сверху.

 Чтобы ребенку было легче, сначала кладите немного пищи на кончик ложки. Вынув ложку, убедитесь, что рот закрыт так, чтобы язык перемещал пищу в полости рта и не мог вытолкнуть ее наружу.

Постарайтесь сделать так, чтобы еда стала приятным занятием для ребенка. Помните, что любому ребенку требуется время, чтобы овладеть новыми навыками. Любой ребенок, начиная есть самостоятельно, разводит грязь и беспорядок. Будьте терпеливы, помогите ребенку научиться есть аккуратнее, хвалите его, когда у него хорошо получается. Давайте ребенку возможность получить удовольствие от еды.