



ทารกคอแข็งก็เดือน เด็กคอแข็งช้า พร้อมวิธีฝึกลูกชันคอ

ภาษา

ทารกคอแข็งก็เดือน เด็กคอแข็งช้า พร้อมวิธีฝึกลูกชันคอ

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

เม.ย. 12, 2024

8 นาที

พัฒนาการทางร่างกาย เป็นหนึ่งในพัฒนาการหลาย ๆ ด้านของทารกที่คุณพ่อคุณแม่จะสังเกตเห็นได้ว่า ในช่วงปีแรกลูกน้อยมีการเปลี่ยนแปลงและเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วมากในแต่ละเดือน ซึ่งหากทารกได้รับการส่งเสริมเลี้ยงดูจากคุณพ่อคุณแม่ได้เป็นอย่างดีและถูกต้องตามช่วงวัยอย่างเหมาะสม ก็จะส่งผลต่อพัฒนาการที่ดีและสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงของลูกน้อย พร้อมทั้งจะเติบโตอย่างเต็มศักยภาพต่อไป

สรุป

- โดยทั่วไปแล้วเมื่อทารกเข้าสู่วัย 3-6 เดือน พัฒนาการกล้ามเนื้อคอจะเริ่มมั่นคงแข็งแรงขึ้น สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะและลำคอ โดยตั้งนั่งคอไม่อ่อนไหวไปมา ซึ่งนับว่าเป็นการพัฒนาทักษะด้านการเคลื่อนไหวร่างกายของทารกได้อย่างเหมาะสมตามวัย
- ลูกคอแข็งช้าหรือยังไม่ชันคออาจเกิดขึ้นได้จากปัจจัยหลายอย่าง หากหลัง 3 เดือนไปแล้ว สังเกตว่าทารกคอแข็งช้าควรพาลูกน้อยเข้าพบคุณหมอเพื่อวินิจฉัยและรับการประเมิน

พัฒนาการของลูกน้อย

- พัฒนาการของทารกแต่ละคนจะมีความแตกต่างกัน ทารกบางคนมีทักษะเรียนรู้และมีพัฒนาการเร็ว บางคนมีพัฒนาการล่าช้า การกระตุ้นทักษะการเคลื่อนไหวเพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายให้ลูก มีส่วนช่วยให้ลูกคอแข็งและมีสุขภาพดีตามวัยได้อย่างเหมาะสม

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ทารกคอแข็งก็เดือนกันแน่ พ่อแม่ควรรู้
- พัฒนาการกล้ามเนื้อคอของทารก ช่วงอายุ 1-6 เดือน
- เด็กคอแข็งก็เดือน แบบไหนที่เรียกว่าช้า
- ลูกคอแข็งช้า บ่งบอกถึงอะไรบ้าง
- ลูกคอแข็งช้า ควรพาไปปรึกษาแพทย์ไหม
- ลูกคอยังไม่แข็ง ควรอุ้มลูกท่าไหนดี
- วิธีพัฒนากล้ามเนื้อคอให้ลูก ที่คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้

พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กในแต่ละช่วงวัย จะแสดงออกถึงพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กและกล้ามเนื้อมัดใหญ่ที่มีพัฒนาการเปลี่ยนแปลงในแต่ละเดือน ซึ่งเป็นเรื่องที่คุณพ่อคุณแม่มือใหม่ควรรู้ หากอุ้มลูกน้อยที่ยังคอไม่แข็งจะอุ้มท่าไหนดีให้ปลอดภัย แล้วทารกคอแข็งก็เดือน มีวิธีกระตุ้นพัฒนาการกล้ามเนื้อคอให้ลูกอย่างไร มาเรียนรู้และส่งเสริมให้ลูกน้อยพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายอย่างเหมาะสมตามวัยกัน

ทารกคอแข็งก็เดือนกันแน่ พ่อแม่ควรรู้

หลังแรกคลอดเจ้าตัวน้อยของคุณพ่อคุณแม่ยังไม่สามารถที่จะควบคุมศีรษะหรือเคลื่อนไหวไปมาได้ เนื่องจากกล้ามเนื้อคอยังไม่แข็งแรง แม้ว่าในช่วง 2-3 เดือนพัฒนาการทางด้านร่างกายของทารกจะแข็งแรงขึ้น แต่เวลาอุ้มลูกน้อยคุณพ่อคุณแม่ก็ต้องคอยประคองศีรษะทารกอย่างระมัดระวังเป็นพิเศษ เมื่อเข้าสู่ช่วงพัฒนาการเด็ก 6 เดือน พัฒนากล้ามเนื้อคอของทารกส่วนใหญ่ในวัยนี้จะมี ความแข็งแรง ทารกจะคอแข็งขึ้นและสามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะได้แล้ว

พัฒนาการกล้ามเนื้อคอของทารก ช่วงอายุ 1-6 เดือน

1. พัฒนาการทางด้านร่างกายและกล้ามเนื้อคอของทารกวัย 1-2 เดือน

ในช่วงแรกเกิด ลูกน้อยของคุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องได้รับการคอยพยุงศีรษะและลำคอ และต้องคอยระมัดระวังในการอุ้มหรือวางลูกน้อยเป็นอย่างดี เมื่อเข้าสู่สัปดาห์ที่ 6 พัฒนาการทางร่างกาย

และกล้ามเนื้อคอของทารกจะเริ่มแข็งแรงขึ้น ทารกสามารถชันคอได้ประมาณ 30 องศาในช่วงเวลาสั้น ๆ และสามารถยกคอกพลิกหันเปลี่ยนข้างได้แล้วในท่านอนคว่ำ หน้าท้องแนบกับพื้น ซึ่งนับว่าเป็นการพัฒนาทักษะด้านการเคลื่อนไหวร่างกายของทารกได้เหมาะสมตามวัย นอกจากนี้เมื่อคุณพ่อคุณแม่ประคองลูกในท่านั่งเจ้าตัวน้อยก็สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะได้เองแล้ว เมื่ออย่างเข้าสู่เดือนที่ 3 เจ้าตัวน้อยอาจจะเงยหน้าขึ้นขณะนอนหงายได้

2. พัฒนาการทางด้านร่างกายและกล้ามเนื้อคอของทารกวัย 3-4 เดือน

เมื่อเริ่มเข้าสู่เดือนที่ 3 กระดูกของลูกน้อยโดยเฉพาะส่วนคอที่เชื่อมกับศีรษะเริ่มแข็งแรงขึ้น พัฒนาการกล้ามเนื้อคอแข็งแรงเพียงพอที่จะช่วยประคองศีรษะไม่ให้ไหวไปมา ในตอนนี้ลูกน้อยสามารถพอที่จะชันคอได้ประมาณ 45 องศา และตั้งศีรษะหรือชันคอค้างไว้ได้นานขึ้น เจ้าตัวน้อยสามารถยกศีรษะและหน้าอกโดยใช้แขนทั้งสองข้างยันขึ้นกับพื้นในท่านอนคว่ำได้เอง เริ่มพลิกตัวนอนคว่ำนอนหงาย และอยู่ในท่านั่งหรือถูกอุ้มโดยไม่ต้องประคองศีรษะได้แล้ว

3. พัฒนาการทางด้านร่างกายและกล้ามเนื้อคอของทารกวัย 5-6 เดือน

พัฒนาการกล้ามเนื้อคอของลูกน้อยในวัยนี้เริ่มมั่นคงและแข็งแรงแล้ว สามารถใช้มือดันตัวเองขึ้นมาอยู่ในท่านั่งตัวตรงได้นานขึ้นโดยไม่ต้องประคอง พร้อมโยกตัวไปมา และต่อมาจะเริ่มนั่งได้นานมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยไม่ล้มแล้ว นอกจากนี้ทารกยังสามารถพลิกตัวกลับเองได้ทั้งสองด้านจากท่านอนหงายไปนอนคว่ำ คุณพ่อคุณแม่อาจสังเกตว่าลูกน้อยเริ่มมีการขยับขาหรือโยกขาในขณะที่กำลังพลิกตัว นั่นอาจแสดงถึงความพร้อมที่จะเข้าสู่การเริ่มคลานได้อีกในไม่ช้า ดังนั้นในระยะนี้คุณพ่อคุณแม่ควรระมัดระวังให้ลูกน้อยอยู่ในสายตาเพื่อความปลอดภัย

เด็กคอแข็งก็เดือน แบบไหนที่เรียกว่าช้า

โดยทั่วไปแล้วเมื่อทารกเข้าสู่วัย 3-6 เดือน พัฒนาการกล้ามเนื้อคอจะเริ่มมั่นคงแข็งแรงขึ้น สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะและลำคอ โดยตั้งคอกไม่อ่อนไหวไปมา พลิกคว่ำหงายเองได้ ในขณะที่นอนท่าคว่ำเจ้าตัวเล็กสามารถชันคอหรือดันหน้าอกชูคอขึ้นมาและสามารถยกศีรษะค้ำขึ้นในท่านอนหงายได้นานหลายนาทีอีกด้วย พัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของทารกในวัยนี้ นับว่าเป็นปกติ ทั้งนี้พัฒนาการของทารกแต่ละคนจะแตกต่างกัน ทารกบางคนอาจจะเรียนรู้ได้เร็วหรือมีพัฒนาการล่าช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกันได้ เพื่อช่วยลูกให้คอแข็งเร็วคุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยกระตุ้นให้เจ้าตัวเล็กได้ฝึกพัฒนาการทักษะการเคลื่อนไหวทั้งกล้ามเนื้อคอและแขนโดยการจับทำให้ลูกนอนคว่ำภายใต้การดูแลอย่างระมัดระวัง กรณีที่คุณพ่อคุณแม่กังวลว่าลูกคอแข็งช้าหรือสังเกตว่าลูกน้อยมีพัฒนาการล่าช้าไม่สมวัย สามารถเข้าพบคุณหมอเพื่อขอรับคำแนะนำเพื่อช่วยให้ลูกน้อยได้มีพัฒนาการที่เหมาะสมกับช่วงวัยมากที่สุด

ลูกคอแข็งช้า บ่งบอกถึงอะไรบ้าง

ลูกคอแข็งช้าหรือยังไม่ชันคอ มีพัฒนาการที่ล่าช้าไม่สมวัย อาจเกิดจากข้อบ่งชี้ว่า ทารกอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อการส่งเสริมพัฒนาการ ทารกมีภาวะเกิดก่อนกำหนด มีน้ำหนักตัวน้อย มีปัญหาด้านสุขภาพ เนื่องจากวัยทารกนั้นเป็นช่วงวัยที่ร่างกายยังบอบบางหรือพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของลูกน้อยยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่ ซึ่งทารกแต่ละคนจะมีทักษะการเรียนรู้หรือพัฒนาการที่แตกต่างกัน หรืออาจจะเกิดขึ้นเนื่องจากสรีระศีรษะที่ขนาดใหญ่กว่าร่างกายที่อาจจะต้องใช้เวลาและวิธีช่วยกระตุ้นฝึกกล้ามเนื้อคอลูกให้แข็งแรง หรือหลัง 3 เดือนหากสังเกตเห็นว่าทารกคอแข็งช้า ลูกควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะไม่ดี กล้ามเนื้อคอของทารกอ่อนแอ ไม่มีแรง อาจเป็นสัญญาณอาการของโรคฟลอปปีซินโดรมในเด็ก (Floppy Baby Syndrome) เมื่อพบอาการผิดปกติของลูกน้อย คุณพ่อคุณแม่ควรพาทารกเข้าไปพบคุณหมอเพื่อวินิจฉัยและรับการประเมินพัฒนาการของลูกน้อย

ลูกคอแข็งช้า ควรพาไปปรึกษาแพทย์ไหม

โดยปกติแล้วทารกจะได้รับการตรวจคัดกรองเพื่อประเมินพัฒนาการและพฤติกรรมในทุกครั้งที่คุณหมอนัดมาฉีดวัคซีนตั้งแต่ช่วงอายุ 9 เดือน 18 เดือน 24 เดือน หรือ 30 เดือน หากคุณพ่อคุณแม่สังเกตเห็นว่าพัฒนาการทางร่างกายของลูกน้อยล่าช้า เช่น ลูกคอแข็งช้า ไม่สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะได้ ลูกยังไม่สามารถนั่งได้เองแม้จะมีคุณแม่ช่วยประคอง หรือพัฒนาการอื่น ๆ ที่ผิดปกติ เช่น ไม่ค่อยตอบสนองต่อเสียงรอบตัว ไม่ส่งเสียงหรือส่งยิ้ม ไม่ส่งสายตามองหน้าพ่อแม่ หรือมองตามวัตถุที่เคลื่อนไหวผ่าน ใช้มือจับสิ่งของมือเดียวโดยยังไม่สามารถย้ายจากมือข้างหนึ่งไปยังอีกข้างหนึ่งได้ เป็นต้น นอกจากนี้หากพบว่าทักษะที่ลูกเคยทำได้กลับทำไม่ได้ ลูกมีอาการอ่อนแรงครึ่งซีก เมื่อคุณพ่อคุณแม่สังเกตเห็นว่าทารกมีพัฒนาการที่ผิดปกติเหล่านี้เกิดขึ้น ควรพาลูกไปพบคุณหมอเพื่อประเมินหาสาเหตุที่ทำให้ทารกเกิดความบกพร่องทางพัฒนาการ พร้อมทั้งรับคำแนะนำจากคุณหมอเพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาการในทุกด้านของลูกน้อยให้ดีขึ้น กรณีทารกมีปัญหาด้านระบบประสาทและกล้ามเนื้อควรจะได้รับ การรักษาและการดูแลจากนักกายภาพบำบัดร่วมด้วย

ลูกคอยังไม่แข็ง ควรอุ้มลูกทำไหนดี

สำหรับคุณพ่อคุณแม่มือใหม่ การเริ่มต้นอุ้มลูกน้อยคงจะประหม่ากันไม่น้อย อีกทั้งร่างกายของทารกแรกเกิดในช่วงแรก ๆ ยังคงบอบบาง การอุ้มทารกในช่วงแรก ๆ ที่ลูกน้อยยังคอไม่แข็ง จำเป็นต้องมีความระมัดระวังเป็นพิเศษเพื่อความปลอดภัยของลูกน้อย คุณพ่อคุณแม่สามารถฝึกอุ้มลูกได้ด้วยท่าเหล่านี้

- **ทำอุ้มแบบเปลไกว** เป็นท่าอุ้มที่คุณพ่อคุณแม่มือใหม่สามารถทำได้ง่าย ๆ โดยการใช่มือข้างหนึ่งเป็นเปลอุ้มลูกตะแคงเข้า
- **ทำอุ้มแบบพาดบ่า** โดยใช่มือประคองศีรษะ บริเวณต้นคอ และหลังของลูกน้อย พร้อมมืออีกข้างที่โอบก้นอุ้มเจ้าตัวน้อยขึ้นมาพาดซบไว้กับบ่าคล้ายกับท่าอุ้มเรือ ทำนี้จะช่วยให้ตัวเล็กนอนหลับสบายอีกด้วย
- **ทำอุ้มแบบประคองศีรษะ** โดยเริ่มจากการใช่มือประคองศีรษะและลำคอของลูกน้อย ส่วนมืออีกข้างคอยประคองใต้ก้นและสะโพกให้กระชับแล้วอุ้มลูกเข้าแนบอก

วิธีพัฒนากล้ามเนื้อคอให้ลูก ที่คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้

พัฒนาการของทารกแต่ละคนจะมีความแตกต่างกัน ทารกบางคนมีทักษะเรียนรู้และมีพัฒนาการเร็ว บางคนมีพัฒนาการล่าช้า ซึ่งคุณพ่อคุณแม่สามารถดูแลและส่งเสริมพัฒนาการร่างกาย กระตุ้นทักษะการเคลื่อนไหวเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อคอให้ลูก ช่วยให้ลูกคอแข็งและมีสุขภาพที่ดีตามวัยได้อย่างเหมาะสม

1. ส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อคอทารกวัย 1-3 เดือน

ทารกในช่วง 3 เดือนแรกหลังคลอด แม่จะยังชันคอได้แข็งไม่เต็มที่ แต่พัฒนาการตามธรรมชาติของทารกจะเริ่มยกคอขึ้นในขณะที่กำลังนอนคว่ำ ซึ่งจะมีส่วนช่วยให้กล้ามเนื้อคอของลูกแข็งแรงขึ้น ดังนั้นลูกน้อยในวัยนี้คุณพ่อคุณแม่ควรส่งเสริมทักษะการเคลื่อนไหว เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อคอ แขน หลังและกล้ามเนื้อในส่วนอื่น ๆ โดยการให้ลูกนอนคว่ำบนเบาะที่นอน แทนการนอนในเปลหรือนั่งคาร์ซีทนานเกินไป กระตุ้นลูกให้ยกศีรษะขึ้นเองเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงบริเวณกระดูกคอและกล้ามเนื้อด้วยการนำของเล่นมาวางข้างหน้าเพื่อให้ลูกน้อยพยายามเอื้อมมือจับ หรือส่งเสียงกระตุ้นให้ลูกเงยศีรษะและหันหน้ามองไปตามเสียง ทั้งนี้การปล่อยให้ทารกในท่านอนคว่ำควรใช้เวลาประมาณ 2-3 นาที เพื่อให้ลูกน้อยไม่อึดอัด และควรอยู่ในความดูแลของคุณพ่อคุณแม่อย่างใกล้ชิด ควรปรับท่าให้ทารกได้นอนหงายเพื่อป้องกันการหายใจไม่ออกของลูกน้อยด้วย



2. ส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อคอทารกวัย 4-6 เดือน

พัฒนาการตามช่วงวัยของลูกน้อย พัฒนาการกล้ามเนื้อคอของทารกในช่วงวัยนี้เริ่มมีความแข็งแรงขึ้นมาก ลูกน้อยจะเริ่มใช้แขนต้นตัวเองยกขึ้นจากพื้น สามารถยกหน้าอกและชันคอขึ้นได้ประมาณ 90 องศา ลูกน้อยในช่วงวัยนี้คุณพ่อคุณแม่ยังสามารถใช้ของเล่นหรือส่งเสียงให้ลูกหันศีรษะมองตามเสียง เพื่อช่วยในการฝึกทักษะการเคลื่อนไหวให้ลูกเงยหน้า หันหน้า ชูคอ ช่วยให้เกิดกล้ามเนื้อของลูกแข็งแรงขึ้น นอกจากนี้คุณพ่อคุณแม่สามารถปรับเปลี่ยนท่าทางของลูกน้อยเพื่อกระตุ้นให้ลูกชันคอขึ้น นอกจากการนอนคว่ำหรือฝึกพลิกตัวในช่วงเวลาสั้น ๆ แล้วยังสามารถหัดฝึกลูกน้อยให้ลูกนั่ง โดยจับมือและพุดกระตุ้นให้ลูกลุกขึ้น ทั้งนี้ควรใช้ท่านี้กับลูกบนเบาะรองหรือหาหมอนมาหนุนกันไม่ให้ทารกล้มกระแทก เมื่อลูกเข้าสู่วัย 6 เดือน พัฒนาการกล้ามเนื้อคอและร่างกายส่วนบนจะแข็งแรงและมั่นคงขึ้นมาก สามารถที่จะหันศีรษะจากซ้ายไปขวาหรือขึ้นและลงได้แล้ว ในระยะนี้คุณพ่อคุณแม่สามารถหากิจกรรมกระตุ้นพัฒนาการร่างกายและกล้ามเนื้อคอของลูกให้แข็งแรงยิ่งขึ้น เช่น ให้ลูกน้อยอยู่ในท่านั่งเพื่อช่วยในการควบคุมศีรษะให้ตั้งตรงโดยมีคุณแม่คอยประคองอยู่อย่างใกล้ชิด พาลูกน้อยใส่เบาะออกไปเดินเล่นนอกบ้าน การได้ใช้สายตามองสิ่งรอบด้านจะกระตุ้นให้ลูกน้อยหันคอมองซ้ายขวา และการวางลูกน้อยบนเบาะให้เอื้อมมือจับสิ่งของต่าง ๆ จะมีส่วนช่วยเสริมสร้างพัฒนาการบริเวณคอ หลัง และไหล่ให้แข็งแรงขึ้น เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม ทารกคอแข็งก็เดือน อาจขึ้นอยู่กับพัฒนาการของทารกในแต่ละคน และอาศัยการเลี้ยงดูส่งเสริมพัฒนาการที่ดีจากคุณพ่อคุณแม่ เพื่อให้ลูกน้อยเติบโตได้อย่างมีสุขภาพที่แข็งแรง ซึ่งในช่วงขวบปีแรกนับว่าเป็นช่วงเวลาสำคัญของการพัฒนาในด้านต่าง ๆ ของลูกน้อย คุณพ่อคุณแม่ควรหมั่นสังเกตว่าเจ้าตัวน้อยมีพัฒนาการที่เหมาะสมตามช่วงวัยหรือไม่ หากมีความกังวลว่าลูกมีพัฒนาการที่ผิดปกติไม่สมวัย ควรขอเข้ารับคำปรึกษาจากคุณหมอเพื่อช่วยให้ลูกน้อยได้มีพัฒนาการที่ปกติสมวัยมากที่สุด สามารถช่วยเหลือตัวเองได้เมื่อเข้าสู่วัยเด็กจนกระทั่งโต และสามารถใช้ชีวิตร่วมกับคนในสังคมได้อย่างมีความสุข

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ให้นม

- สฟิงโกไมอีลิน และ แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน คืออะไร สำคัญอย่างไรต่อสมองลูกน้อย
- DHA สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองของลูกน้อย
- 2'-FL คืออะไร ? รู้จัก 2'-FL โอลิโกแซคคาไรด์ในนมแม่ (HMOs)
- โพรไบโอติก (Probiotics) จุลินทรีย์ที่พบได้ในนมแม่ มีประโยชน์กับลูก
- พรีไบโอติก มีส่วนช่วยพัฒนาสมองในเด็กทารก
- นำนมเหลือง ที่มี แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองจากแม่สู่ลูก
- เทคนิคเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูดยอดสารอาหารจากแม่สู่ลูก
- เพิ่มน่านมคุณแม่ ด้วยการกระตุ้นน่านม จากธรรมชาติ ดีกับคุณแม่และลูก
- นมแม่อยู่ได้กี่ชม น่านมแม่เก็บได้นานแค่ไหน เก็บรักษาอย่างไรให้ถูกวิธี
- อาการทารกหิวนม สัญญาณจากลูกน้อย ที่คุณแม่สังเกตเองได้
- เด็กแรกเกิดกินนมก็อ่อนซี่ ถึงจะดีที่สุด ปริมาณเท่าไรถึงเรียกว่าพอดี
- วิธีจับลูกเรือ ทำอุ้มเรือช่วยให้ลูกสบายท้อง หลังลูกอึนม
- คัดเต้านมทำยังไงดี คัดเต้าก็วันหาย พร้อมวิธีบรรเทาอาการนมคัด
- เจ็บหัวนม หัวนมแตก อาการเจ็บหัวนม ต้องรักษาอย่างไร ให้นมลูกต่อได้ไหม
- ทารกไม่ยอมนอน ลูกอแงไม่ยอมนอนไม่มีสาเหตุ พร้อมวิธีรับมือ

- วิธีชงนมที่ถูกต้อง พร้อมขั้นตอนการเตรียมน้ำชงนม สำหรับแม่่มือใหม่

อ้างอิง:

1. สังเกตพัฒนาการลูกอย่างไร? ให้เติบโตอย่างสมวัย, โรงพยาบาลพญาไท
2. when do babies hold their head up?, Baby center
3. When will my baby hold their head up on their head, healthline
4. ตารางพัฒนาการเด็กประถมวัย, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์
5. เด็กอายุ 2 เดือน โตขึ้นแค่ไหน ดูแลลูกน้อยอย่างไรดี, pobpad
6. พัฒนาการทารก 3 เดือนและเคล็ดลับการเลี้ยงลูก, hellokhunmor
7. พัฒนาการของลูกน้อยเมื่ออายุ 4 เดือน, unicef
8. พัฒนาการของลูกน้อยเมื่ออายุ 6 เดือน, unicef
9. เด็กทารกอายุ 5 เดือนกับพัฒนาการเติบโตในแต่ละด้าน, pobpad
10. พัฒนาการของเด็กตามช่วงวัย, โรงพยาบาลเปาโล
11. เด็กทารกวัย 6 เดือนกับพัฒนาการการเจริญเติบโต, pobpad
12. พัฒนาการเด็ก 4 เดือนและการส่งเสริมพัฒนาการอย่างถูกวิธี, hellokhunmor
13. อุ้มหนูแบบนี้ให้คุณพ่อ หนูชอบ ชอบ, โรงพยาบาลเด็กสินแพทย์
14. ทำอุ้มทารกและวิธีอุ้มทารกอย่างปลอดภัย, hellokhunmor
15. พัฒนาการทารกแต่ละช่วงวัย, pobpad

อ้างอิง ณ วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2567





แม่ผ้าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อลิ้น



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์