



เด็กนั่งได้ก็เดือน ทารกนั่งได้ต่อนก็เดือน แบบไหนคือพัฒนาการล่าช้า

ภาษา

เด็กนั่งได้ก็เดือน ทารกนั่งได้ต่อนก็เดือน แบบไหนคือพัฒนาการล่าช้า

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

ส.ค. 29, 2024

6 นาที

พัฒนาการของลูกเป็นเรื่องที่คุณพ่อคุณแม่มือใหม่ต้องสังเกตกันอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อ ซึ่งมีด้านกล้ามเนื้อมัดเล็ก และด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของลูกก่อนวัยขบ คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตดูว่าลูกซุกคอ พลิกคว่ำ พลิกหงาย และนั่งได้ตามวัยหรือไม่ ซึ่งพัฒนาการการนั่งของลูกเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ควรเริ่มขึ้นเมื่ออายุลูกได้ 6 เดือน

สรุป

- เด็กทารกจะเริ่มนั่งได้ต่อนอายุ 6 เดือน และจะสามารถนั่งทรงตัวได้ด้วยตัวเอง มองหาของเล่น มองตามของที่ตกได้ต่อนอายุ 7-8 เดือน
- เมื่อลูกอายุเข้า 9 เดือนเป็นต้นไป จะมีพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ที่แข็งแรงขึ้น ลูกสามารถที่จะลุกขึ้นนั่งจากท่านอนได้เอง และเกาะเดินได้ 4-5 ก้าว

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เด็กนั่งไต่กึ่งเดือน เรียกว่าพัฒนาการไม่ช้าจนเกินไป
- พัฒนาการของลูกที่พ่อแม่ควรสังเกต
- พ่อแม่ควรเริ่มฝึกลูกนั่งเมื่อไหร่ดีที่สุด
- ทารกนั่งไต่ตอนกี่เดือน ฝึกลูกนั่งทำได้อย่างไรบ้าง
- อุปกรณ์สำหรับลูกน้อยที่ช่วยให้ลูกฝึกนั่งได้ดี
- ลูกอายุครบ 9 เดือน ยังนั่งไม่ได้ แบบนี้ปกติไหม

เด็กนั่งไต่กึ่งเดือน คุณพ่อคุณแม่มือใหม่หลายท่านคงสงสัยกันใช่ไหมว่า ลูกน้อยคว่านั่งไต่กึ่งเดือน และเริ่มนั่งไต่กึ่งเดือน การนั่งเป็นทักษะพัฒนาการสำคัญที่ลูกน้อยต้องฝึกฝน ซึ่งปกติแล้วทารกจะเริ่มนั่งได้เมื่ออายุประมาณ 6 เดือน แต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของเด็กแต่ละคนด้วย ในเด็กบางคนอาจเริ่มนั่งได้เร็วกว่าหรือช้ากว่านี้ บทความนี้จะมาไขข้อสงสัย พร้อมแชร์วิธีฝึกทารกนั่งอย่างถูกต้องและปลอดภัย เพื่อให้คุณพ่อคุณแม่ได้สร้างช่วงเวลาแห่งความสุขกับลูกน้อยได้อย่างมั่นใจ

เด็กนั่งไต่กึ่งเดือน เรียกว่าพัฒนาการไม่ช้าจนเกินไป

การนั่งของเด็กคือพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อขนาดใหญ่ ซึ่งจะเริ่มนั่งได้เมื่ออายุลูกได้ 6 เดือน และลูกจะสามารถนั่งทรงตัวได้เอง มีการเอี้ยวตัว หมุนตัวเพื่อที่จะหยิบของเล่น หรือหันตัวไปหาคุณพ่อคุณแม่ แล้วก็หันกลับมานั่งตัวตรงได้เหมือนเดิมตอนอายุ 7-8 เดือน และเมื่อลูกอายุ 9 เดือนเป็นต้นไป จะมีพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่ที่แข็งแรงขึ้น ลูกสามารถที่จะลุกขึ้นนั่งจากท่านอนได้เอง และเกาะเดินได้เองประมาณ 4-5 ก้าว

พัฒนาการของลูกที่พ่อแม่ควรสังเกต

อยากรู้ไหมว่าเด็กนั่งไต่กึ่งเดือน คุณพ่อคุณแม่มาเช็กพัฒนาการของลูกน้อยตั้งแต่แรกเกิด จนถึง 15 เดือน ว่าพัฒนาการสำคัญ ๆ ในแต่ละเดือนนั้นมีอะไรบ้าง

1. ช่วงวัยแรกเกิด (1-3 เดือนแรก)

- ลูกสบตาและมองหน้าคุณพ่อคุณแม่
- ทำเสียงอ้อแอ้ ยิม หันหน้ามองหา
- เริ่มชันคอขึ้นในท่าคว่ำ

2. ช่วงวัย 4-6 เดือน

- นอนคว่ำซอคอตั้งขึ้น
- เริ่มเอื้อมมือไขว่คว้า
- พลิกคว่ำ พลิกหงาย และคืบ
- หันหาเสียง และส่งเสียงโต้ตอบ
- เริ่มที่จะนั่งได้

3. ช่วงวัย 7-9 เดือน

- นั่งทรงตัวได้มั่นคงขึ้น สามารถเอี้ยวและหมุนตัวขณะนั่ง
- นอนอยู่แล้วลุกขึ้นนั่งได้เอง
- เริ่มคลาน
- ชอบเล่นจะเอ่กับคุณพ่อคุณแม่

4. ช่วงวัย 10-12 เดือน

- เริ่มพูดคำสั้น ๆ เช่น หม่า พ่อ แม่
- เริ่มต่งไข่
- เริ่มทำตามคำสั่งได้ เช่น ปรบมือ โบกมือบาย บาย
- ยืนได้ เริ่มก้าวสั้นได้ 1-2 ก้าว

5. ช่วงวัย 13-15 เดือน

- จำชื่อสิ่งของรอบตัวได้
- ยืนเองได้มั่นคงและนานขึ้น
- เริ่มจับดินสอลากเขียนเป็นเส้น ๆ บนกระดาษได้



พ่อแม่ควรเริ่มฝึกลูกนั่งเมื่อไหร่ดีที่สุด

คุณพ่อคุณแม่สามารถเริ่มฝึกให้ลูกนั่งได้ตั้งแต่ช่วง 4-6 เดือน โดยให้นั่งแบบ Tripod position แล้วมีคุณพ่อคุณแม่ หรือพี่เลี้ยงคอยช่วยประคองตัวลูกไว้ เพื่อป้องกันลูกล้มระหว่างที่กำลังนั่ง และเมื่อลูกอายุได้ 5-9 เดือน จะสามารถนั่งได้ด้วยตัวเอง การฝึกลูกนั่งสามารถฝึกได้บ่อยวันละ 3-4 ครั้ง โดยแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที

ทารกนั่งได้ตอนกี่เดือน ฝึกลูกนั่งทำได้ยังไงบ้าง

ลูกน้อยจะเริ่มนั่งได้ตอน 4-6 เดือน เป็นการเริ่มนั่งแบบที่ต้องมีตัวช่วย หรือมีคนช่วยประคอง และ 5-9 เดือนเริ่มนั่งได้ด้วยตัวเอง ดังนั้นเพื่อให้การนั่งของลูกน้อยมั่นคงแข็งแรงขึ้น คุณพ่อคุณแม่สามารถฝึกลูกนั่งได้ ดังนี้

- **ฝึกการทรงตัว:** การฝึกการทรงตัวให้กับลูก เพื่อเพิ่มความแข็งแรงของต้นคอและหลัง ให้คุณพ่อคุณแม่อุ้มลูกนั่งลงบนตักหรือให้นั่งตรงระหว่างขาก็ได้ จากนั้นให้จับที่รักแร้ลูก แล้วไล่ลงมาจับที่หน้าอก และจับที่สะโพกของลูก ขณะที่ลูกนั่งคุณแม่อาจจะร้องเพลง อ่านหนังสือ หรือเล่นของเล่นต่าง ๆ ไปด้วยก็ได้

- **ฝึกนั่งท่า Tripod:** ด้วยการให้ลูกนั่งระหว่างขาของคุณพ่อคุณแม่เพื่อป้องกันไม่ให้ลูกล้ม และเมื่อลูกเริ่มแข็งแรงให้ใช้หมอนโอบรอบตัวคอยพยุงป้องกันการล้ม

อุปกรณ์สำหรับลูกน้อยที่ช่วยให้ลูกฝึกนั่งได้ดี

เพื่อช่วยให้ลูกน้อยมีพัฒนาการการนั่งที่แข็งแรงขึ้นตามวัย คุณพ่อคุณแม่อาจหาตัวช่วยในการฝึกลูกนั่งได้ ดังนี้

1. **เก้าอี้หัดนั่ง:** การใช้เก้าอี้ฝึกนั่ง ต้องดูที่ความพร้อมของลูกเป็นสำคัญ ต้องแน่ใจแล้วว่ากล้ามเนื้อต้นคอมีความแข็งแรง และลูกสามารถที่จะควบคุมตัวเองได้แล้ว ค่อยฝึกให้นั่งเก้าอี้หัดนั่งสำหรับเด็ก
2. **เบาะหรือหมอนหลาย ๆ ใบ:** เพื่อช่วยให้ลูกนั่งได้ตึ่มมากขึ้น ให้ฝึกลูกนั่งลงบนพื้นที่ไม่มีความสูง คุณแม่สามารถหาหมอนใบใหญ่นุ่ม ๆ มาให้ลูกพิงหลังหรือวางเบาะรองไว้รอบ ๆ ตัวลูก

ลูกอายุครบ 9 เดือน ยังนั่งไม่ได้ แบบนี้ปกติไหม

หากลูกน้อยอายุ 9 เดือน แล้ว แต่ไม่สามารถนั่งโดยมีคุนพุงได้ กล้ามเนื้อไม่แข็งแรงขณะเคลื่อนไหว ไม่สามารถควบคุมศีรษะให้มั่นคงได้ ไม่สามารถเอื้อมมือ หรือไม่สามารถหยิบจับนำสิ่งของเข้าปากได้ พัฒนาการเหล่านี้ล้วนเป็นสัญญาณที่บ่งชี้ถึงความล่าช้าของทักษะการเคลื่อนไหวโดยรวมของลูก ดังนั้นเมื่อคุณพ่อคุณแม่พบว่าลูกน้อยมีความผิดปกติเกิดขึ้น ควรพาลูกไปพบกุมารแพทย์ทันที

การฝึกลูกนั่ง เป็นก้าวสำคัญในพัฒนาการของเด็ก คุณพ่อคุณแม่อาจเริ่มฝึกลูกนั่งเมื่อลูกอายุได้ประมาณ 4-6 เดือนขึ้นไป เมื่อกล้ามเนื้อคอและหลังแข็งแรงพอแล้ว ตามคำแนะนำจากกุมารแพทย์ของลูก ควรเริ่มจากการประคองตัวลูกให้นั่งเป็นระยะเวลาสั้น ๆ แล้วค่อย ๆ เพิ่มเวลาฝึกลูกนั่งทีละน้อย หากลูกยังนั่งเองไม่ได้ไม่ควรฝืน รวมถึงหากพบความผิดปกติของลูกน้อยควรปรึกษากุมารแพทย์เพื่อตรวจสอบพัฒนาการของลูก และเพื่อให้ลูกน้อยมีพัฒนาการการเจริญเติบโตที่สมวัย มีทักษะต่าง ๆ ของร่างกายที่แข็งแรง ตั้งแต่แรกเกิดแนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะในนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม และแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน ซึ่งช่วยในพัฒนาการสมอง สติปัญญา และการเจริญเติบโตของลูก

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- วัคซีนเด็กแรกเกิด สำคัญแค่ไหน ลูกน้อยต้องฉีดอะไรบ้าง
- ล้างจมูกทารก แบบไหนปลอดภัย ล้างยังไงไม่ให้ลูกกลัว
- ทารกคอแข็งก็เดือน เด็กคอแข็งช้า คุณแม่ช่วยลูกน้อยได้อย่างไรบ้าง

- ทารกนอนสะดุ้ง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีแก้ลูกนอนสะดุ้งและวิธีรับมือ
- ลูกบิดตัวบ่อยหลับไม่สนิท เป็นเพราะอะไร คุณพ่อคุณแม่ต้องดูแลแบบไหน
- วิธีซนงนมผงที่ถูกต้อง พร้อมขั้นตอนการเตรียมน้ำซงนม สำหรับแม่่มือใหม่
- ลูกเป็นหวัดน้ำมูกไหลไม่หายสักที ลูกมีน้ำมูกไหลเป็นน้ำใส ๆ ไม่หยุด
- ลูกตัวร้อนอย่างเตียวทำไ้ดี พร้อมวิธีสังเกตเมื่อลูกตัวร้อนไม่ทราบสาเหตุ
- ของใช้เด็กแรกเกิดก่อนคลอดเจ้าตัวเล็ก คุณแม่ต้องเตรียมอะไรบ้าง
- วิธีซนงนมผงที่ถูกต้อง พร้อมขั้นตอนการเตรียมน้ำซงนม สำหรับแม่่มือใหม่
- คลายความกังวลคุณแม่ด้วยแบบประเมิน สุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการ ของลูกน้อย

อ้างอิง:

1. พัฒนาการเด็กแต่ละช่วงวัย แบบไหนเข้าข่าย “พัฒนาการล่าช้า”, โรงพยาบาลสุขุมวิท
2. เช็คพัฒนาการเจ้าตัวน้อยวันแรกเกิด 1 ปีผ่านไป หนูโตไวเหมือนกันนะ, โรงพยาบาลนนทเวช
3. พัฒนาการลูกน้อยตามวัย, โรงพยาบาลศิริราชปิยมหาราณย์
4. ลูกจะนั่งได้เมื่อไหร่? เทคนิคสอนลูกนั่ง แก้อีฝักนั่งจำเป็นหรือไม่ (When Can Babies Sit Up), แพทย์หญิงทานตะวัน พระโสภา แพทย์เฉพาะทางเวชศาสตร์ฉุกเฉิน Dr.Noï TheFamily
5. When Can Babies Sit Up and How Can You Help a Baby Develop This Skill?, Healthline

อ้างอิง ณ วันที่ 21 กรกฎาคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์