



ภาษา

การสื่อสารกับลูกน้อยในครรภ์

## การสื่อสารกับลูกน้อยในครรภ์

บทความ

พ.ย. 12, 2024

2 นาที

ลูกน้อยในครรภ์สามารถรับรู้อารมณ์และตอบสนองกับคุณแม่ได้ มาเรียนรู้ 4 สายสัมพันธ์หลักที่เชื่อมโยงระหว่างคุณแม่และลูกน้อย เพื่อช่วยให้ลูกน้อยมีพัฒนาการที่ดีเยี่ยมกัน

การรับรู้ของลูกน้อยเริ่มขึ้นตั้งแต่ช่วงแรกของการตั้งครรภ์ จากสัปดาห์ที่ 4 ลูกน้อยเริ่มสร้างระบบภายในของหู ดวงตา และลิ้น หลายสัปดาห์ผ่านไป การรับรู้รสชาติ กลิ่น และสัมผัสจะเริ่มตามมา

เช่น ลูกน้อยมีการเปิดรับต่อสภาพแวดล้อมมากขึ้น ตั้งแต่สัปดาห์ที่ 24 เป็นต้นไป ลูกน้อยเริ่มรับรู้ และรู้สึกตัวได้ เริ่มสามารถตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นต่างๆ ได้



## น้ำคร่ำมีบทบาทสำคัญ

ลูกน้อยเจริญเติบโตอยู่ภายในถุงน้ำคร่ำที่เต็มไปด้วยน้ำคร่ำ ซึ่งมีหน้าที่ปกป้องลูกน้อยจากแรงสั่นสะเทือนต่างๆ จากอุณหภูมิที่เปลี่ยนแปลง และเสียงต่างๆ เป็นต้น ถุงน้ำคร่ำเปรียบเสมือนรังที่ปกป้องลูกน้อย และเป็นพื้นผิวแรกที่เชื่อมต่อการสื่อสารของทารกกับโลกภายนอก

การรับรู้ของลูกน้อย โดยเฉพาะการรับรู้รสชาติเป็นผลมาจากการอาศัยอยู่ในน้ำคร่ำ ตั้งแต่สัปดาห์ที่ 13 ลูกน้อยจะค่อยๆ กูลิน และหายใจเอาของเหลวที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบซึ่งสร้างขึ้นจากสารประกอบอะโรมาติก ซึ่งกลไกนี้เป็นการเริ่มต้นของการรับรู้รสชาติของลูกน้อย



## สายสัมพันธ์ของคุณแม่กับลูกน้อยในครรภ์เกิดขึ้นตลอดเวลา

### ผ่านทางอารมณ์

การเชื่อมโยงประสบการณ์การสื่อสารระหว่างคุณแม่และลูกน้อยเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ช่วงแรกๆ ของการตั้งครรภ์ ลูกน้อยสามารถรับรู้การเคลื่อนไหวของคุณแม่ได้ และจะคุ้นเคยกับวิธีการพูดและการเคลื่อนไหวของคุณแม่ในเวลาต่อมา นอกจากนี้ ลูกน้อยยังสามารถรับรู้อารมณ์อื่นๆ ได้อีก เช่น ผลของความเครียด และอาการตกใจของคุณแม่ ผ่านสารต่างๆ ที่ร่างกายของคุณแม่ผลิตขึ้น เช่น คอร์ติซอล และอะดรีนาลีน ซึ่งเป็นสาเหตุว่าทำไมคุณแม่ตั้งครรภ์จึงควรทำใจให้สบาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุที่จะทำให้เกิดความเครียด

### ผ่านทางด้านโภชนาการ

เมื่อคุณแม่กินอาหาร โมเลกุลอะโรมาติกของอาหารจะผ่านเข้าสู่กระแสเลือด และส่งไปยังลูกน้อยผ่านทางรกหรือน้ำคร่ำ หลังการตั้งครรภ์เดือนที่ 5 ลูกน้อยจะสามารถจดจำรสชาติของอาหารได้ คุณแม่จึงควรกินอาหารให้หลากหลาย และมีความสุขกับการกินอาหาร สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้ลูกน้อยมีพัฒนาการที่ดีเยี่ยม

### ผ่านทางท่าทาง

การรับรู้ด้านการสัมผัสถูกพัฒนาขึ้นเป็นสิ่งแรกๆ และลูกน้อยสามารถรู้สึกถึงแรงดัน หรือการลูบสัมผัสหน้าท้อง และตั้งแต่เดือนที่ 5 ของการตั้งครรภ์ ลูกน้อยจะพัฒนาการรับรู้ด้านการสัมผัส โดยการดูดนิ้วหัวแม่มือ และการจับเท้าของตัวเอง ลูกน้อยจะตอบสนองต่อการลูบสัมผัสหน้าท้องของคุณแม่ได้มากขึ้น สิ่งเหล่านี้เป็นจุดมุ่งหมายสำคัญเพื่อการสื่อสารกับทารกในครรภ์



### ผ่านทางเสียง

ตั้งแต่เดือนที่ 6 ของการตั้งครรภ์ ลูกน้อยสามารถรับรู้เสียงต่างๆ ที่ได้ยินในแต่ละวันได้ เช่น เสียงของคุณแม่ คุณพ่อ เสียงเพลง เสียงเต้านของหัวใจคุณแม่ ลูกน้อยเริ่มตอบสนองด้วยการเคลื่อนไหวหรือจังหวะหัวใจที่เต้นเร็วขึ้น ลูกน้อยจะรักและมีความสุขเมื่อคุณพูดคุยกับเขา หรือเล่นกับเขาด้วยเสียงเพลง

ลูกน้อยจะเริ่มตอบสนองต่อโลกภายนอกได้ในเบื้องต้น ในขณะที่อวัยวะการรับรู้ต่างๆ และสมองจะยังคงพัฒนาต่อไปเรื่อยๆ คุณแม่สามารถกระตุ้นพัฒนาการเหล่านี้ได้ แต่ไม่จำเป็นต้องทำมากเกินไป หรือวางลำโพงที่หน้าห้องสำหรับพูดคุยกับลูกตลอดทั้งวัน เพราะลูกน้อยของคุณยังคงมีเวลาอีกมากตลอดชีวิตในการเรียนรู้ และชื่นชอบดนตรีต่างๆ