

อุ้มลูกป่วย เด็กติดมือคุณแม่จริงใหม่ ลูกติดมือแก้ยังไง

เคล็ดลับการดูแลลูก

บทความ

พ.ย. 27, 2024

7นาที

เด็กติดมือเกิดจากอะไร ลูกติดมือแก้ยังไงดี ควร หรือไม่ควร ที่จะเข้าไปอุ้มลูก แท้จริงแล้วการร้องให้ของทารกคือการสื่อสารที่จะบอกความต้องการของตนเอง เมื่อพ่อแม่อุ้ม ก็จะทำให้เสียงร้องให้เงียบลง เพราะทารกอบอุ่น และปลอดภัยเมื่อได้อู๊กกลิ้ฟ่อแม่ พ่อแม่ไม่ควรกลัว หรือกังวลจนเกินเหตุ เมื่อลูกบวบตัวได้แล้ว จะร้องให้หุ่มน้อยลง ซึ่งการอุ้มลูกนี้ไม่ทำให้เสียนิสัย หรือเอาแต่ใจแต่อย่างใด

สรุป

- เด็กติดมือ ไม่ได้หมายความว่าเด็กจะเอาแต่ใจให้อุ้มตลอดเวลา แต่เป็นเพราเด็กวัยทารกยังพูดไม่ได้ จึงร้องให้เพื่อเป็นการสื่อสาร ส่งสัญญาณบอกความต้องการของตนเองพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยง
- การอุ้มทารกในวัยแรกเกิด ถึง 6 เดือน เป็นเรื่องปกติ การอุ้มลูกยังเป็นการสร้างความไว้ใจ เชื่อใจ สร้างความผูกพันระหว่างทารกับแม่ ทำให้ลูกรู้สึกว่าอบอุ่น ปลอดภัย ทำให้ทารกหายกังวล หายกลัว อารมณ์ดี มีสุขภาพจิตที่ดี
- เมื่อทารกร้องให้แล้วแม่อุ้ม จะทำให้ทารกค่อย ๆ ปรับตัวได้ แล้วจะร้องให้น้อยลงเรื่อย ๆ เป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีของคุณแม่กับทารก การอุ้มทารกในวัยนี้ไม่ได้เป็นการทำให้ติดมือ หรือทำให้ทารกอาเจตฯ หรือเสียนิสัยแต่อย่างใด

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เด็กติดมือ เกิดจากอะไร
- เด็กติดมือ จะมีอาการอย่างไร
- เด็กติดมือ แบบนี้ปกติไหม
- เด็กติดมือ มีผลเสียอย่างไรบ้าง
- แก้อาการเด็กติดมือ เมื่อไหร่ดี
- ลูกติดมือแก้ยังไง รับมือแบบไหนให้ได้ผลดี

เด็กติดมือ เกิดจากอะไร

เด็กติดมือคือ เด็กวัยทารกร้องให้ อายากให้คุณแม่อุ้ม อยากรอญี่กลั้มแม่ตลอดเวลา อุ้มจนวางไม่ได้ จึงเรียกว่า “ติดมือ” แท้จริงแล้ว พฤติกรรมเด็กติดมือ ไม่ได้หมายความว่าเด็กจะเอาแต่ใจให้อุ้มตลอดเวลา แต่เป็นเพระเด็กวัยทารกยังพูดไม่ได้ จึงร้องให้เพื่อเป็นการส่งสัญญาณบอกความต้องการของตนเอง

อีกทั้งเด็กทารกยังคุ้นชินกับการอยู่ในห้องคุณแม่ขณะแต่ตั้งครรภ์ รู้สึกอบอุ่นได้ยินเสียงเต้นของหัวใจ คุณแม่ตลอดเวลา พอกลอดอโภมา ต้องเจอกับสภาพแวดล้อมใหม่ที่แตกต่างจากอยู่ในห้องอุ่น ๆ ของคุณแม่ จึงทำให้ร้องให้ เพาะรู้สึกไม่ปลดภัย ปรับตัวกับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ยังไม่ได้ พอกุณแม่อุ้มก็หยุดร้องให้ เงียบสงบน้ำสีปลดภัย เพราะคุ้นชินเสียงหัวใจของแม่ ทำให้ทารกค่อยๆ ปรับตัวได้ และหยุดร้องไปเอง หากลูกโตแล้วยังร้องให้ อุ้มน้อยอยู่ๆ จนวางมือไม่ได้ อาจเป็นอาการที่มักเรียกวันว่า เด็กติดมือ โดยจะมีอาการดังนี้

1. ปล่อยไม่นานก็ร้องให้งอแง อายากให้อุ้มน้อย
2. ต้องอุ้มจนหลับคากอกหุ่น ลูกจะไม่เรียนรู้ที่จะนอนด้วยตัวเอง
3. ร้องให้หนักไม่ยอมเงียบ จนกว่าพ่อแม่จะอุ้ม การอุ้มทำให้เสียงร้องให้เงียบลง

เด็กติดมือ แบบนี้ปกติไหม

เด็กติดมือเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้กับเด็กวัยแรกเกิดถึง 6 เดือน มีผลวิจัยรายงานว่า ทารกวัยแรกเกิดถึง 6 เดือน จะสื่อสารด้วยการร้องให้เท่านั้น การที่ทารกอยากให้คุณแม่อุ้กประการคือการอุ้มลูกยังเป็นการสร้างความไว้ใจ เชื่อใจ สร้างความผูกพันระหว่างทารกับแม่ ทำให้ลูกรู้สึกว่าปลอดภัย อบอุ่นใจว่ามีคนดูแลเอาใจใส่ตันเอง ทำให้ทารกหายกังวล หายกลัว อารมณ์ดี มีสุขภาพจิตที่ดี การอุ้มทารกในวัยแรกเกิด ถึง 6 เดือน เป็นเรื่องปกติ ไม่ทำให้เกิดการติดมือแต่อย่างใด ต่างจากการอุ้มเด็กโต ที่จะร้องให้ให้อุ้ม อาจเพื่อเรียกร้องความสนใจ คุณพ่อคุณแม่อาจต้องพิจารณาแยกแยะ

การดูแลลูกด้วยการอุ้มอย่างอ่อนโยน ช่วยให้ลูกรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย ลดความกลัว เสริมสร้าง

สุขภาพจิตที่ดี ซึ่งส่งผลดีต่อพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจ นอกราชการเอาใจใส่ด้านความอบอุ่น แล้ว การดูแลโภชนาการก็มีสำคัญอย่างยิ่งต่อการส่งเสริมพัฒนาการสมองและพัฒนาการทางร่างกาย องค์กรอนามัยโลก (WHO) แนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อย่างเดียว อย่างน้อย 6 เดือนเต็ม หลัง 6 เดือน ให้มะม่วงควบคู่อาหารตามวัยจนถึงอายุ 2 ปีหรือมากกว่านั้น เพราะนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม และแอลฟ้าแล็ค สฟิงโกลไม้อลิโน ซึ่งช่วยในพัฒนาการสมอง สดปัญญา และการเจริญเติบโตของลูก

เด็กติดมือ มีผลเสียอย่างไรบ้าง

การอุ้มลูกแม้มีข้อดีช่วยทำให้ลูกรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย แต่การอุ้มลูกมากเกินไป อาจส่งผลเสียต่อตัวลูก สองผลเสียต่อตัวพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดูได้ ซึ่งการอุ้มลูกต่อเนื่องเป็นเวลานาน อาจส่งผลเสียในด้านอื่นๆ ได้แก่

1. ทำให้ลูกชอบเรียกร้องความสนใจ

ในเด็กทารกบางคนที่โตขึ้น พูดคุยรู้เรื่องแล้ว จะเรียนรู้ว่าหากตนเองร้องให้ให้อุ้มแล้วพ่อแม่จะตอบสนอง หรือทابบางอย่างให้ดันเองได้ ก็จะร้องให้เพื่อเป็นการเรียกร้องความสนใจ

2. ส่งผลเสียต่อสุขภาพของพ่อแม่

คุณพ่อคุณแม่ที่ต้องอุ้มลูกต่อเนื่องเป็นเวลานาน ๆ อาจทำให้ปวดข้อมือ หรืออาจทำให้มีอาการปวดมากขึ้นจนเป็นปลอกหุ้มเอ็นข้อมืออักเสบ

3. ส่งผลเสียต่อพัฒนาการของลูก

การอุ้มลูกมากเกินไป จะทำให้ลูกลดการขยับตัว ขยับกล้ามเนื้อ ออกกำลังกายน้อยลง มีการพัฒนาการกล้ามเนื้อได้น้อยลง



แก้อาการเด็กติดมือ เมื่อไหร่ดี

คุณพ่อคุณแม่ควรเริ่มแก้ไขอาการเด็กติดมือ เมื่อถึงวัยที่ลูกเริ่มเดิน ควรค่อยๆ พดคุย ช่วยสร้างความเข้าใจ เมื่อลูกพร้อม และรู้สึกว่าตนเองได้รับความเอาใจใส่จากพ่อแม่ เมื่อรู้สึกว่าตนเองปลอดภัย ลูกจะค่อยๆ ปรับตัวและควบคุมตนเองได้

ลูกติดมือแก้ยังไง รับมือแบบไหนให้ได้ผลดี

แม้ว่าการอุ้มลูกมีผลดี แต่การอุ้มลูกมากเกินไปอาจทำให้ส่งผลกระทบเสียต่อพัฒนาการทางร่างกายของลูกได้ พ่อแม่ควรปล่อยให้ลูกร้องให้เพื่อเรียนรู้ที่จะรอดด้วย ซึ่งวิธีรับมือแก้ไขลูกติดมือง่ายๆ ที่ได้ผลดีคือ

- ใช้ผ้าห่อตัวลูก: วิธีห่อตัวลูก เพื่อให้ลูกได้รับความอบอุ่น รู้สึกปลอดภัย
- ให้ลูกเข้านอนเป็นเวลา: จะช่วยให้ลูกรู้จัก และเรียนรู้ว่าเวลาหนึ่งเป็นเวลาระบวนนอน และรู้จักควบคุมตัวเองได้
- จัดที่นอนให้ลูกรู้สึกปลอดภัย: ให้ลูกนอนหงายในเปล จัดสภาพแวดล้อม ให้ลูกมีพื้นที่ส่วนตัวของตัวเองเพื่อลดความเสี่ยงภาวะเหลดตายในทารก (SIDS) เพื่อความปลอดภัยขณะที่คุณแม่ต้องทำธุระส่วนตัว เช่น เข้าห้องน้ำ

- **อย่าปล่อยให้ลูกหลับคากอก:** การให้ลูกนอนหลับคากอกตลอด ลูกจะไม่เรียนรู้ที่จะนอนด้วยตัวเอง
- **อย่ารีบอุ้มทันทีที่ร้อง:** ให้ตอบกันหรือลูบหลังเบา ๆ ก่อน เพราะในที่สุด ลูกจะเริ่มเรียนรู้ที่จะปลอบใจตัวเองได้

การอุ้มลูก ตอบสนองความต้องการของลูกเมื่อลูกร้องให้ ไม่ใช่เรื่องน่ากังวลแต่อย่างใด แต่กลับเป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อลูก คุณพ่อคุณแม่สามารถอุ้มลูกได้ตามที่ต้องการ เมื่อลูกโตขึ้นและพร้อม รู้สึกว่าตนเองได้รับความรัก ความเอาใจใส่จากพ่อแม่ รู้สึกว่าตนเองปลอดภัย หายกังวล หากกลัว ลูกจะปรับตัวและควบคุมตนเองได้ และจะร้องให้ลัดลง ไม่เรียกร้องความสนใจจากพ่อแม่ มากเกินไป เด็กติดมือจึงเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้กับเด็กวัยแรกเกิดถึง 6 เดือน เมื่อทารกเติบโตขึ้นจะค่อยๆ ปรับตัวได้ตามพัฒนาการของวัย หากคุณแม่ต้องการศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับพัฒนาการของลูก สามารถศึกษาข้อมูลได้ที่นี่

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟ้าแล็ค [แอลฟ้าแล็คตัลบูมิน] และ สพิงโกร์โนมีลิน

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- จุกหลอก ดีกับลูกน้อยจริงไหม จุกนมหลอก ข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง
- สายสะตือทารก สะตือไกล์หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- กลากนำนม เกิดจากอะไร โรคผิวหนังในเด็ก พร้อมวิธีดูแลเกลี้ยอนนำนม
- ลูกเลือดกำเดา ให้ลอดตอนกลางคืน อันตรายไหม พ่อแม่รับมืออย่างไรดี
- วิธีห่อตัวทารกที่ลูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เมื่อนอนอยู่ในท้องแม่
- โรคซางในเด็กเล็กมีจริงไหม เกิดจากอะไร ดูแลและป้องกันได้หรือเปล่า
- ลูกหัวแบน หารักหัวแบน คุณแม่ทำอย่างไรได้บ้าง พร้อมวิธีแก้ไขเบื้องต้น
- วิธีบรรเทาอาการไอของลูกน้อย เมื่อลูกไอไม่หยุด พร้อมวิธีดูแลและป้องกัน
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ثارกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้
- นิทานเด็กทารกสำคัญกับลูกใหม่ คุณแม่ควรอ่านเรื่องอะไรให้ลูกน้อยฟังดี

อ้างอิง:

1. อุ้มลูกบุ่มอยู่ๆ... จะทำให้ติดมือจริงหรือ?, โรงพยาบาลเปาโล
2. ความเชื่อผิดๆ เกี่ยวกับการเลียงดูทารก, โรงพยาบาลกรุงเทพ
3. กระบวนการพัฒนาการของเด็ก, มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย
4. ปลอกหุ้มข้อมืออักเสบ จากการอุ้มลูก, Premiere Home Health Care โรงพยาบาลธนบุรี
5. What Do I Do When My Baby Wants to Be Held All the Time?, Parents
6. My baby always wants to be held, BabyCenter
7. Know When to Hold 'Em, webmd
8. Science Proves You Can't Hold Your Baby Too Much, Parents
9. การอุ้มทารกแรกเกิดอย่างอ่อนโยน ไม่เขย่าตัว ช่วยทำให้ทารกรู้สึกมั่นคงปลอดภัย, สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

- 
- 
- 
- 
- 
- 

คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

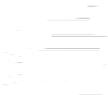
ภูมิแพ้ในเด็ก



เอลฟ่าแล็ค สพงโภไนอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่

อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชัน