

พัฒนาการทารก 2-3 เดือน ลูกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

มี.ค. 4, 2020

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 2-3 เดือน อาหารที่เหมาะสมกับช่วงวัย คุณพ่อ คุณแม่ช่วยกระตุ้นพัฒนาการอะไรลูกได้บ้าง

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 2-3 เดือน

- ลูกเป็นอย่างไรในวัยนี้

เด็กวัยนี้สามารถจดจำคุณพ่อคุณแม่ได้ และยิ้มตอบเมื่อคุณพ่อคุณแม่เข้ามาเล่นกับเขา โดยไม่ได้แค่เพียงยิ้มอยู่คนเดียวเหมือนช่วงก่อนหน้านี้

- กระตุ้นพัฒนาการลูกได้อย่างไร

แม้ว่าในช่วงนี้ลูกจะยังส่งเสียงได้ไม่มากและเล่นของเล่นยังไม่เป็น กิจกรรมหนึ่งที่คุณพ่อคุณแม่สามารถเล่นกับเขาได้แก่ การนำของเล่นสีสันสดใสมาให้เขาจ้องมอง และเคลื่อนของเล่นไปข้างซ้ายและขวาของเขา เพื่อให้เขาฝึกมองตาม รวมทั้งการส่งเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ พูดคุยกับเขาขณะทำกิจวัตรประจำวัน เช่น ขณะป้อนนม อาบน้ำ เปลี่ยนผ้าอ้อม ร่วมกับหยุดฟัง เพื่อรอจังหวะให้เด็กเลียนแบบและส่งเสียงตาม กิจกรรมดังกล่าวนอกจากช่วยให้ลูกได้สนุกแล้ว ยังสามารถกระตุ้นพัฒนาการด้านภาษา ด้านสังคม ฝึกการรอกตามองตาม และยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้คุณพ่อคุณแม่และลูกได้



• อาหารอะไรเหมาะกับลูก

อาหารหลักของเด็กวัยนี้คือนมแม่ คุณแม่จึงควรกินอาหาร 3 มื้อ อย่างถูกต้องตามหลักโภชนาการ จนกระทั่งลูกหย่านม ทั้งนี้เพื่อให้คุณแม่มีสารอาหารครบถ้วน สำหรับการขับถ่ายของลูก เด็กวัยนี้มักไม่ถ่ายอุจจาระทุกวัน ซึ่งเป็นนิสัยการขับถ่ายปกติตามวัย แต่อาจทำให้คุณพ่อคุณแม่กังวลว่า ลูกจะเกิดอาการท้องผูก การจะดูว่าลูกท้องผูกหรือไม่ ให้สังเกตจากลักษณะอุจจาระเป็นหลัก เช่น ถ้าอุจจาระนิ่ม เบ่งไม่ยาก ให้คุณพ่อคุณแม่สบายใจได้ว่าไม่ใช่อาการท้องผูก อย่างไรก็ตาม ถ้าลักษณะอุจจาระแข็ง หรือรูปร่างเหมือนเม็ดตุ๊กกระสุน ลูกแสดงอาการเบ่งอย่างยากลำบาก หรือมีเลือดติดมากับอุจจาระ ควรพาลูกไปพบแพทย์เพื่อประเมินหาสาเหตุของภาวะท้องผูก

เคล็ดลับคุณแม่

นอกจากนี้ในช่วงเวลาที่เขานอน คุณพ่อคุณแม่ควรจับให้เขาคำว่าและนำของเล่นมาล่อให้เขายกตัวให้สูงขึ้นเพื่อกระตุ้นความแข็งแรงของกล้ามเนื้อบริเวณลำคอและหลัง

บทความอื่นๆ ที่น่าสนใจ

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 1-2 เดือน

พัฒนาการลูกน้อยวัย 0 - 1 เดือน

อ้างอิง

บทความโดย แพทย์หญิงพัญ์ โรจน์มัทมงคล
กุมารแพทย์ด้านพัฒนาการและพฤติกรรม โรงพยาบาลศิริราช



คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชัน