



พัฒนาการลูกน้อย อายุ 6-7 เดือน พัฒนา สมองและการสื่อสาร

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

มี.ค. 4, 2020

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 6 - 7 เดือน อาหารที่เหมาะสมกับช่วงวัย คุณพ่อ คุณแม่ช่วยกระตุ้น
พัฒนาการอะไรลูกได้บ้าง
ภาษา

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 6-7 เดือน พัฒนাসมองและการสื่อสาร

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 6 - 7 เดือน

• ลูกเป็นอย่างไรในวัยนี้

โดยเฉลี่ยฟันน้ำนมซี่แรกจะขึ้นเมื่อเด็กอายุ 6 เดือน แต่ในทางปฏิบัติ เด็กบางคนอาจเริ่มมีฟันขึ้นเมื่ออายุ 9-12 เดือน ซึ่งยังถือว่าเป็นภาวะฟันขึ้นตามปกติ แม้ว่าฟันของเด็กบางคนจะยังไม่ขึ้นเมื่ออายุ 6 เดือน แต่คุณพ่อคุณแม่ก็ควรเริ่มดูแลสุขภาพช่องปากและฟันของลูกโดยการรงดนมมือติกและเมื่อลูกมีฟันขึ้นให้ทำความสะอาดฟันด้วยการใช้แปรงสีฟันร่วมกับยาสีฟันผสมฟลูออไรด์

ดีสำหรับเด็ก เมื่อแปรงแล้วให้รีบเช็ดยาสีฟันออกเพื่อป้องกันไม่ให้ลูกกลืนยาสีฟัน รวมทั้งควรพบทันตแพทย์เด็กเมื่อฟันซี่แรกขึ้น เพื่อคุณหมอมจะช่วยเคลือบฟลูออไรด์ที่ผิวฟัน รวมทั้งให้คำแนะนำเพิ่มเติมในเรื่องการทำความสะอาดฟันอย่างถูกวิธี ซึ่งจะช่วยป้องกันฟันผุในอนาคต

• กระตุ้นพัฒนาการลูกได้อย่างไร

เด็กวัยนี้สามารถนั่งทรงตัวได้ดี สามารถเอี้ยวตัวได้เล็กน้อยโดยไม่ล้ม ใช้มือเล่นของเล่นได้เก่งขึ้น สามารถสลับมือส่งของจากมือหนึ่งไปยังอีกมือหนึ่งได้ การกระตุ้นพัฒนาการสำหรับเด็กวัยนี้ทำได้เมื่อเด็กนั่งเล่นของเล่น คุณพ่อคุณแม่อาจส่งของเล่นให้เขาถือในมือทั้ง 2 ข้าง เพื่อให้เขาฝึกนั่งทรงตัวโดยไม่ต้องใช้มือช่วยยันพื้นประคองตัว หรือในขณะที่เขานั่งโดยยังไม่ได้ถือของเล่น ให้คุณพ่อคุณแม่ส่งของเล่นให้เขาจากทางด้านข้างในระยะที่เขาเอื้อมถึงเพื่อฝึกให้เขาเอี้ยวตัวไปหยิบของ ซึ่งเป็นการช่วยฝึกทรงตัวได้เช่นกัน และในขณะที่เขาถือของเล่นในมือข้างหนึ่ง ให้คุณพ่อคุณแม่ส่งของเล่นชิ้นใหม่ให้เขาที่มือข้างเดิม เพื่อกระตุ้นให้เขาถ่ายของเล่นจากมือข้างเดิมไปยังมืออีกข้างหนึ่ง เพื่อหยิบของเล่นชิ้นใหม่ ส่งเสียงเป็นเสียงพยัญชนะพยางค์เดียวให้เขาทำรูปปากและออกเสียงตาม เช่น ปา มา ตา



• อาหารอะไรเหมาะกับลูก

นมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดที่สุดของลูกตั้งแต่แรกเกิด จนกระทั่งเมื่อถึงวัย 6 เดือน แม้ว่าน้ำนมแม่ยังคงเป็นอาหารหลักที่ดีที่สุดเช่นเดิม แต่คุณพ่อคุณแม่ควรให้ลูกกินอาหารเสริมด้วย โดยในวัยนี้ควรให้ อาหารเสริมแทนนม 1 มื้อต่อวัน ทั้งนี้เพื่อให้เด็กหัดเคี้ยวอาหารอื่น ๆ นอกเหนือจากการดูดนมซึ่งเป็นของเหลว ประกอบกับในช่วงวัยนี้ปริมาณธาตุเหล็กในน้ำนมของคุณแม่จะเริ่มไม่เพียงพอต่อความต้องการของเด็ก ดังนั้น อาหารเสริมที่กุมารแพทย์มักแนะนำจึงได้แก่ ไข่แดงต้มสุกบด หรือ ดับด ซึ่ง เป็นอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงที่กินง่ายเหมาะกับเด็กวัยนี้ การให้อาหารเสริมควรเริ่มทีละ น้อยก่อน ในช่วงแรกเด็กอาจปฏิเสธก็ไม่ใช่ไร ให้คุณพ่อคุณแม่ค่อย ๆ นำเสนออาหารชนิดนั้นอีก ครั้งในวันถัดไป ในที่สุดเด็กจะค่อย ๆ ปรับตัวยอมรับอาหารเสริมได้ นอกจากนี้ควรให้อาหารเสริมที ละอย่าง ครั้งละประมาณ 1 สัปดาห์ โดยสังเกตว่าลูกไม่มีอาการแพ้ จึงค่อยเปลี่ยนชนิดของอาหาร

• เคล็ดลับคุณแม่

ในช่วงที่คุณแม่เริ่มให้อาหารเสริมกับลูก การที่ลูกได้รับสารอาหารที่มีแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลินใน ปริมาณที่เหมาะสม จำพวกไขมันที่พบในนมแม่และอาหารเสริมที่มีคุณค่า อันเป็นแหล่งของไขมัน หลากหลายชนิดที่จำเป็นต่อการพัฒนาสมองและการสร้างปลอกไมอีลิน ดังนั้นคุณแม่ที่ให้นมบุตร เป็นหลักก็ควรที่จะได้รับอาหารประเภท นม ซีส โยเกิร์ต รวมไปถึงเนื้อสัตว์ ไข่ ผัก เป็นต้นอย่าง เหมาะสม เพื่อให้บุตรได้รับสารอาหารสำหรับจะนำไปสร้างปลอกไมอีลินได้อย่างเพียงพอต่อความ ต้องการของร่างกาย และส่งผลให้การพัฒนาและการทำงานของสมองเกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

บทความอื่นๆ ที่น่าสนใจ

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 5-6 เดือน

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 3-4 เดือน

อ้างอิง

บทความโดย แพทย์หญิงพัฏฐา โรจนมัทมางคล
กุมารแพทย์ด้านพัฒนาการและพฤติกรรม โรงพยาบาลศิริราช



คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

สฟิงโก
ไมอีลิน

สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชั่น