

พัฒนาการลูกน้อย 8-9 เดือน ลูกน้อย มีพัฒนาการอย่างไร

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

มี.ค. 4, 2020

พัฒนาการลูกน้อยอายุ 8-9 เดือน อาหารที่เหมาะสมกับช่วงวัย คุณพ่อ คุณแม่ช่วยกระตุ้นพัฒนาการอะไรลูกได้บ้าง

พัฒนาการลูกน้อยอายุ 8-9 เดือน

• ลูกเป็นอย่างไรในวัยนี้

เด็กวัยนี้จะคืบตัวได้เก่ง เริ่มตั้งคลานและเริ่มเหินยวตัวขึ้นเพื่อเปลี่ยนจากท่ายืนเป็นทำยืน การกระตุ้นพัฒนาการในวัยนี้ทำได้โดยนำของเล่นที่เคลื่อนที่ได้ เช่น ลูกบอล มากลึงเล่นกับเขา ให้เขาฝึกคลานไปหาลูกบอล และเมื่อเขานั่งที่พื้น ให้คุณพ่อคุณแม่นำของเล่นมาล่อให้เขาสนใจ แล้วนำของเล่นชิ้นนั้นไปวางไว้บนเก้าอี้เตี้ย ๆ กระตุ้นให้เขาเหินยวเก้าอี้ขึ้นยืนเพื่อหยิบของเล่น นอกจากนี้ควรกระตุ้นให้เด็กส่งเสียงเป็นคำที่มีความหมาย เช่น แม่ ไป ปลา หมู โดยสังเกตความต้องการของเด็ก และเสียงที่เด็กเปล่งออกมาเพื่อต้องการจะสื่อความต้องการนั้น เช่น ถ้าเขาส่งเสียง “มะ” อาจเข้าไปหาเขา และบอกเขาว่า “เรียกหาแม่เหอรลูก แม่มาแล้วจ๊ะ” หรือถ้าเดาว่าเขาหิว อาจบอกเขาว่า “ลูกจะหิวนมใช่ไหม” เพื่อให้เขาเชื่อมโยงเสียงกับคำที่มีความหมาย

• กระตุ้นพัฒนาการลูกได้อย่างไร

เมื่อลูกก้าวเข้าสู่ช่วงวัยนี้ คุณพ่อคุณแม่อาจสังเกตว่าเขาเริ่มติดคุณแม่มากกว่าเดิม ไม่ยอมให้คุณแม่คลาดสายตา จนบางครั้งคุณแม่อาจรู้สึกว้าวุ่นไปไหนไม่ได้ แม้แต่จะไปเข้าห้องน้ำ พฤติกรรมนี้เป็นพฤติกรรมปกติตามวัย เกิดจากการที่เขาเริ่มมีความจำที่ดีขึ้นกว่าเดิม สามารถจดจำได้ว่าเมื่อคุณแม่ยังอยู่ตรงนี้ แต่พอตอนนี้หายไป เขาจึงรู้สึกคิดถึงและร้องหา วิธีการที่จะช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้น

คือ การเล่นจะเอ้ และหาของที่ซ่อนไว้ กับเขาบ่อย ๆ เพื่อให้เขาเรียนรู้ว่า เมื่อของหายไป ประเดี้ยวของสิ่งนั้นก็กลับมา หลังจากนั้นเมื่อใดที่คุณแม่จะต้องไปธุระ เช่น เข้าห้องน้ำ ควรให้คุณพ่อคนที่เขาค้นเคยมาเปลี่ยนมือเพื่อดูแลเขา และคุณแม่ควรรีบทำธุระให้เสร็จและกลับมาให้เร็วที่สุด หากเขาร้องไห้ในระหว่างนั้น ก็ให้คนดูแลปลอบและคอยเบี่ยงเบนความสนใจไปก่อน หรือหากไม่มีใครมาเปลี่ยนมือ คุณแม่ควรจัดให้เขาอยู่ในที่ปลอดภัยและบอกเขาว่าคุณแม่จะไปเข้าห้องน้ำ ให้เขาเล่นของเล่นก่อน แล้วรีบกลับมาให้เร็วที่สุด เขาอาจร้องไห้ในระยะแรก แต่หากคุณแม่ทำเช่นนี้ อย่างสม่ำเสมอ และเขาได้เรียนรู้ว่าคุณแม่จะกลับมาในที่สุด เขาจะร้องไห้น้อยลงและสามารถเล่นของเล่นต่อได้



• อาหารอะไรเหมาะกับลูก

คุณพ่อคุณแม่สามารถให้อาหารเสริมบำรุงสมองเด็กวัยนี้เพิ่มได้เป็น 2 มื้อต่อวัน ร่วมกับให้นม 4-5 มื้อต่อวัน อาหารเสริมที่ให้ในช่วงนี้ควรบดหยาบ ให้เนื้อของอาหารไม่เหนียวละเอียดเหมือนช่วงแรก ทั้งนี้เพื่อให้ลูกได้ฝึกเคี้ยวอาหารที่หยาบขึ้น นอกจากนี้ควรกินอาหารให้ครบ 5 หมู่อย่างต่อเนื่อง

• เคล็ดลับลับคุณแม่

ในวัยนี้ยังคงได้รับนมแม่ร่วมเหมือนเดิมร่วมไปกับอาหารเสริมที่มีคุณค่า อันเป็นแหล่งของไขมัน หลากหลายชนิดที่จำเป็นต่อการพัฒนาสมองและการสร้างปลอกไมอีลิน นมแม่ก็ยังคงเป็นอาหารหลัก ของลูกน้อยเช่นเดิม ดังนั้นคุณแม่ที่ให้นมบุตรเป็นหลักจึงควรได้รับอาหารครบถ้วน เช่น นม ซีส โยเกิร์ต รวมไปถึงเนื้อสัตว์ ไข่ ผัก เป็นต้น เพื่อให้บุตรได้รับสารอาหารสำหรับจะนำไปสร้างปลอกไมอี ลินได้อย่างเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย และส่งผลให้การพัฒนาและการทำงานของสมอง เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บทความอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 7-8 เดือน

พัฒนาการลูกน้อย อายุ 6-7 เดือน

อ้างอิง

บทความโดย แพทย์หญิงพัฏฐา โจน่มหามงคล
กุมารแพทย์ด้านพัฒนาการและพฤติกรรม โรงพยาบาลศิริราช



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชั่น