

Nestlé Baby & me webhelyen lett közzétéve (<https://www.nestlebaba.hu>)

[Kezdőlap](#) > Miért sír a baba sötétedéskor?

Cikk megosztása

X



Miért sír a baba sötétedéskor?

Ahogy besötétedik, minden este ugyanabban az időben sír a baba vigasztalhatatlanul. Talán fél a sötétben? Vagy fáj valamije?

<https://www.nestlebaba.hu/miert-sir-baba-sotetedeskor> ^[1]

^[2] ^[3] ^[4]



Miért sír a baba sötétedéskor?

Ahogysötétedik, minden este ugyanabban az id?ben sír a baba vigasztalhatatlanul. Talán fél a sötétben? Vagy fáj valamije?

2021/04/15 11:17

- ^[5]
- [Nyomtatás](#) ^[1]
- [Megosztás](#)

Félelem a sötét?I - hogyan kezeld helyesen ezt az átmeneti id?szakot?

Az elején még nem tulajdonítasz különös jelent?séget az egésznek, de lassanként az aggodás befészkei magát a mindennapjaitokba, hogy vajon miért sír a babád sötétedéskor. A legnyomasztóbb érzés a tehetetlenség amiatt, hogy hiába is próbálkozol, egyszer?en nem tudod megvigasztalni a kisbabádat. Elmagyarázzuk, mi is történik ekkor, és adunk néhány tippet ahhoz is neked, hogyan tudsz segíteni a csemetédnek túljutni ezen az átmeneti id?szakon.

Miért sír ennyire?

Az éjszakai félelemhez kapcsolható sírás könnyen felismerhet?, és nem lehet összekeverni azzal a sírással, amikor a gyermek éhes vagy fáj valamije. A kisbaba szinte dühösnek látszik, és akár órákon át képes visítani. Az egész a nap végén indul, általában az éjszaka kezdetekor.

Nem kell aggódnod, hiszen nem egy véresen komoly problémáról van szó. Ez a fajta sírás egyáltalán nem azt jelenti, hogy a kisbaba hisztizik. Arról van szó, hogy az anyaméhben egészen más ritmusban létezett, a koraesti órákban volt fenn, akkor volt a legaktívabb, tehát pont fordítva, mint most. A babádnak nehezebbre esik az átállás, és a sírás az az eszköz, amely segítségével hozzászokik lassan az új alvás-ébrenlét ritmushoz.

Számos gyermekgyógyász hisz abban, hogy ez a kis közzjáték támogatja a babát abban, hogy túljusson a nap folyamán felhalmozódott új élményeken, érzelmeken, és segít abban is, hogy felszabaduljon a piciben lévő feszültség. A sírás az egyetlen, számára elérhető kommunikációs eszköz. Nyugodj meg, hiszen az ? életében ez csupán egy átmeneti korszak, amelynek hamar vége szakad!

Reagálj helyesen!

Nincs semmilyen tuti recept, ami minden babánál beválik. Minden gyermek más, és csak rajtad áll, hogy megtaláloed-e a nektek legmegfelel?bb megoldást. Egy dologban teljesen biztos lehetsz, mégpedig abban, hogy a picinek szüksége van rád, így nem tanácsos hagyni ?t addig sírni, ameddig abba nem hagyja. A babádnak szüksége van arra, hogy így fejezze ki magát, azért, hogy képessé váljon az alkalmazkodásra, így ne akard, hogy azonnal hagyja abba a sírást!

Megoldást jelenthet, ha a karjaidba veszed ?t, és kedvesen sutogsz neki. Akadnak olyan kisgyerekek, akik például azt szeretik, ha sétálunk velük, esetleg egy fürd? vagy gyengéd masszírozás is szóba jöhet. Pár perc múlva pedig már vissza is teheted a kiságyba. Ha még mindig kicsit nyugtalannak látod, ne ess

kétségbe, hiszen ez is természetes: a babák az elalvás előtt mindig többet mocorognak. Valószínűleg hamarosan elszenderedik.

Csábítónak tényleg elször, hogy a gyerek a karodban alszik el. Az első pár hét után azonban tedd őt a saját ágyába, akkor, amikor még ébren van. Ott békességben szophatja a hüvelykujját, vagy magához szoríthatja a kedvenc játékát, meglátod, majd hamarosan el is alszik...

Bár olykor-olykor nem könnyű, de fontos, hogy próbálj meg nyugodt maradni ebben az időszakban! Ha nem így teszel, a baba érezni fogja benned a feszültséget, amely csak tovább fokozza a rossz érzését. Türelmesnek kell lenned, mert ez az időszak pár héttől akár pár hónapig is eltarthat!

A baba alvásával kapcsolatos hasznos tippekért [kattints](#) [6]!

Éjjel is felébred?

Sokszor felébredsz babád sírására éjszaka? Ne aggódj, hiszen ez is természetes és ugyancsak átmeneti időszak! Mármint az éjszakai ébredés, amelyen a gyermekek többsége általában 6 hónapos korától 5-6 éves koráig átesik. Mielőtt kétségbeesnél, gondolj arra, hogy ez a fajta alvási „rendellenesség” fontos szerepet játszik a gyermek szellemi és érzelmi egyensúlyának kialakulásában.

A témában további hasznos információkat [itt](#) [7] találsz.

[Tovább](#) [8]

Fehérje az anyatejben

- [Egészséges fehérjebevitel a baba növekedéséhez](#)
- [Egészséges fehérjebevitel a babám súlyához](#)
- [Fehérje minősége és mennyisége](#)
- [Fehérje szerepe a baba növekedésében és fejlődésében](#)
- [Fehérje szerepe az allergia ellen](#)
- [Gyógyes formula](#)

[Drupal](#) alapú webhely

Forrás webcím: <https://www.nestlebaba.hu/miert-sir-baba-sotetedeskor>

Hivatkozások

[1] <https://www.nestlebaba.hu/miert-sir-baba-sotetedeskor>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaba.hu/miert-sir-baba-sotetedeskor&media=https://www.nestlebaba.hu/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/sotet_sir.jpg&description=sír a baba sötétedéskor?](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaba.hu/miert-sir-baba-sotetedeskor&media=https://www.nestlebaba.hu/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/sotet_sir.jpg&description=sír%20a%20baba%20sötétedés%20kor?)

[3] <https://twitter.com/share?text=Miert%20a%20baba%20sötéted%20kor?>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaba.hu/miert-sir-baba-sotetedeskor>

[5] <https://www.nestlebaba.hu/printpdf/6691>

[6] <https://www.nestlebaba.hu/honnan-tudhatom-hogy-babam-jol-alszik-e>

[7] <https://www.nestlebaba.hu/mit-tegyek-ha-felsir-ejjel-babam>

[8] <https://www.nestlebaba.hu/javascript%3A%3B>