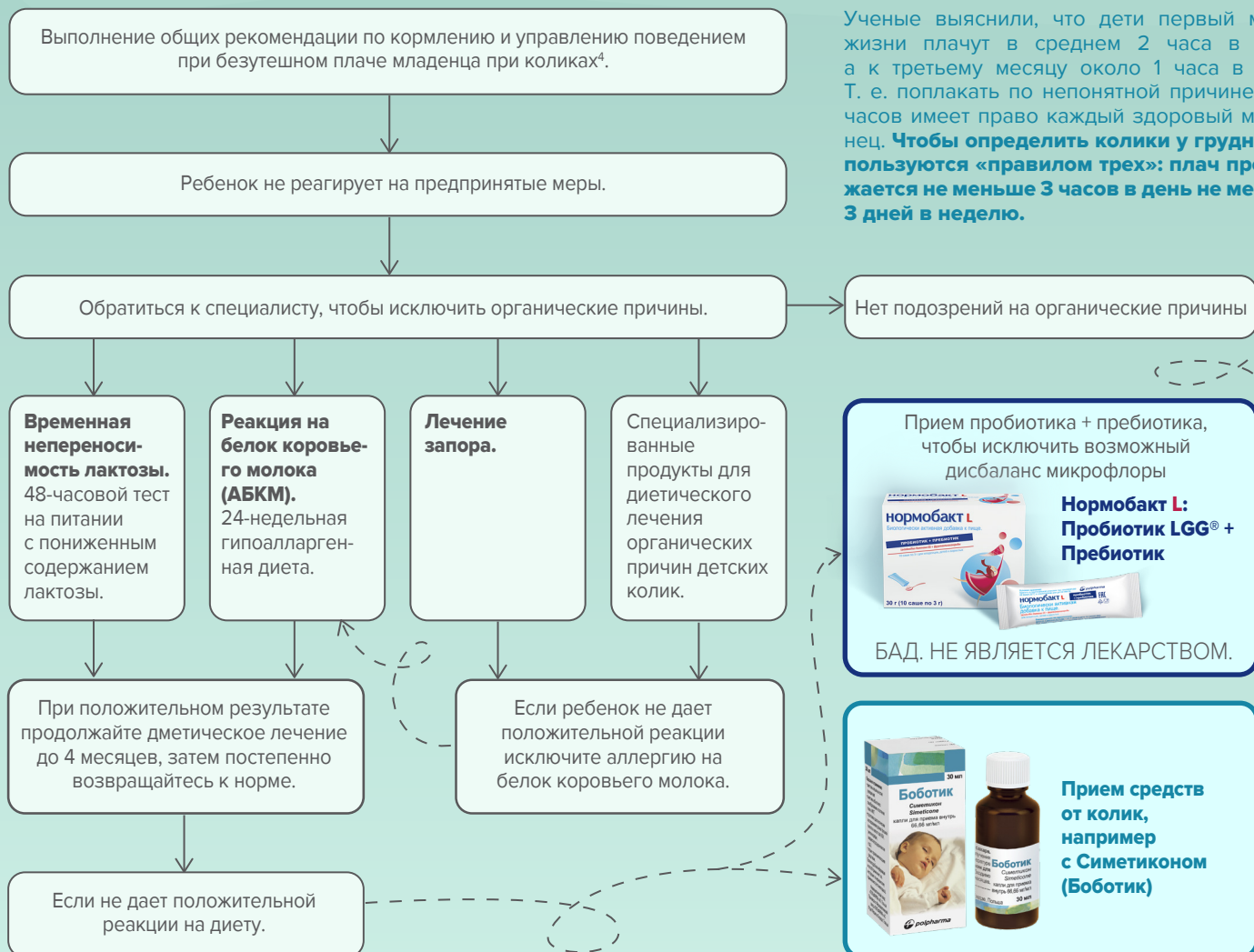


Раз, два, три, четыре, пять — как от колик избавиться?

Поэтапный подход к лечению детских колик⁴



Общие рекомендации

-  **Исключить распространенные причины плача, такие как дискомфорт из-за голода, перепадов температуры.**
-  **Успокоиться, колики до 6 месяцев — это нормально!**
-  **Соблюдать правила кормления:**
- Обеспечить хорошее прилегание груди.
 - Кормить с одной груди за раз.
 - Расположить ребенка под углом от 30 до 45 градусов.
 - Сократить потребление напитков, содержащих кофеин / алкоголь.
 - Избегать употребления лука, перца чили.
-  **Кормление из бутылочки.**
- Чрезмерно не встряхивать.
 - Контролировать скорость подачи, изменяя ее способ и размер пустышки.
 - Использовать антиколиковые бутылочки (с вентиляционным отверстием).
-  **Тайм-аут» для родителей — то есть совместный с партнерами уход за ребенком.**
-  **Отвлекать ребенка.**
- Массировать животик.
 - Создать равномерный шум (пылесос, стиральная машина, звук биения сердца).
 - Плавное покачивание.
- Ссылки:**
1. По данным IQVIA 2022 среди средств с МНН Симетикон.
 2. Смотри Инструкцию по применению Боботик.
 3. В.Ф. Приворотский. Кишечные колики у детей раннего возраста: проблема и пути решения. Вопросы практической педиатрии 2017 т.7 №5 РИМ-2023-0106.
 4. Lisa Jane Waddell. Management infantile colic. The journal of family health care. April 2013 Source: PubMed.

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ, ЧТО У ЛЮБОГО ЛЕКАРСТВЕННОГО СРЕДСТВА ЕСТЬ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПОЭТОМУ ПЕРЕД ИХ ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.