



מאמר

מדוע תינוקות פולטים וכיצד ניתן להקל עליהם?

האם אתם מאכילים את הקטנצ'יק ולאחר מספר דקות הוא פולט? אתם מסתובבים בבית עם חיתול טטרה על הכתף בהיכון לקראת הפליטה הבאה שאתם כבר יודעים שתבוא? או במילים אחרות האם התינוק שלכם פולט (ואין הכוונה לפליטה אקראית פה ושם)? אם עניתם בחיוב כדאי שתקראו [הסבר על התופעה, סיבותיה ואיך להתמודד איתה](#).

פליטות בתינוקות הן תופעה פיסיולוגית שכיחה אשר כמחצית מההורים מדווחים על התרחשותה. התופעה מגיעה לשיאה בגיל 3 חודשים, ובמרבית המקרים חולפת מעצמה בין גיל חצי שנה לגיל שנה כשהתינוק מסוגל להחזיק את גופו בצורה יציבה ומתחיל לצרוך מזונות נוספים פרט להנקה או תמ"ל.

במרבית המקרים מדובר על תופעה נורמלית אשר אינה מעידה על בעיה או מחלה אולם גם אז היא מהווה מטרד להורים ואם נמשכת ללא הקלה עלולה להוביל לתחושת אי נוחות בזמן הארוחה ולאחריה ולעיתים אף לדלקת בושט והתפתחות מחלה.

לחצו כאן כדי לגלות עוד אודות מטרנה A.R עם הרכב ייחודי לתינוקות פולטים

למה תינוקות פולטים?

פליטות הן תופעה פיזיולוגית נורמלית בה חלק מתוכן הקיבה עולה חזרה כלפי מעלה והיא עשויה להתרחש מיד בתום הארוחה וגם שעתיים לאחר מכן.

התופעה מתרחשת בשל אי בשלות של מערכת העיכול ובעיקר של הסוגר התחתון שבין הושט לקיבה. כ-20% מהתינוקות בגילאי 3 שבועות עד שנה מוגדרים במונחים רפואיים כבעלי ריפלוקס (GER) כיוון שהם פולטים בין 2-4 פעמים ביום ויותר, למשך לפחות 3 שבועות ברצף וממשיכים לגדול ולהתפתח באופן תקין.

האם יש חשש?

לא. כמעט כל תינוק פולט מדי פעם, אך צריך לשים לב לתדירות ולכמות. חשוב לעקוב אחר הפליטות משום שהמזון החומצי שעושה את דרכו חזרה במעלה הושט עלול לגרום לדלקת בושט שמלווה בכאב ובסימפטומים נוספים כגון: הקאות, חדירת מזון לדרכי הנשימה וחוסר עליה במשקל. אין צורך להיבהל - אם תאמצו מספר כללים פשוטים, תוכלו למתן את התופעה ולהקל על תינוקכם ובכל מקרה אם התינוק שלכם פולט בתדירות יומיומית מומלץ להיוועץ ברופא הילדים.

7 טיפים להתמודדות עם תופעת הפליטות:

- האכילו את התינוק במנות קטנות, והימנעו מהאכלת יתר. לא כל בכי מעיד בהכרח על רעב!
- השתדלו להאכיל את התינוק כשראשו מוגבה ולא בשכיבה.
- שימו לב שקצב הבליעה לא יהיה מהיר מדי, על מנת שלא ייכנס אוויר יחד עם המזון.
- בתום הארוחה, הקפידו להחזיק את התינוק במצב מאונך והימנעו מטלטולים ומשחקים במשך חצי שעה (גם אם כבר גיהק).
- בזמן ההאכלה, ולמעשה בכלל, וודאו כי אתם בסביבה נקייה מעישון.

- הקפידו על החתלה מרווחת דיה שלא לוחצת על הבטן.
- אם התינוק יונק - המשיכו בכך. במידה והתינוק אינו יונק, נסו להשתמש בתמ"ל ייעודי עם עמילן התורם להסמכת המזון .

לחצו כאן כדי לגלות עוד אודות מטרנה A.R עם הרכב ייחודי לתינוקות פולטים
להזמנת קופון מטרנה A.R <<