

لهذه الأسباب يستيقظ طفلك خلال الليل!

خلال الأشهر الأولى من عمر طفلك، يستيقظ خلال ساعات الليل كثيراً، وهذا أمر لا يمكن تفاديه! ولكن للاستيقاظ ليلاً أسباب عدّة، أبرزها الجوع، ولكن إذا وجدت أن طفلك يستيقظ أكثر من العادة خلال ساعات نومه، فقد يكون السبب موجود في اللائحة التالية.

1. إذا كان طفلك يشعر بالبرد أو بالحر
2. إذا كان هناك ضوء يؤثر على نوم طفلك
3. إذا كان هناك أي ضجيج مفاجئ يؤثر على الطفل في الليل
4. إذا كان طفلك مريضاً
5. إذا كان هناك تغيير في روتين نوم طفلك، مثل تغيير مواعيد الاستيقاظ
6. إذا كان طفلك قد تعلم للتو مهارة تنموية جديدة، ويحاول تطبيقها خلال ساعات الليل
7. إذا كان طفلك معتاداً على النوم مع زجاجة أو مصاصة في فمه
8. إذا كان طفلك معتاداً على النوم بينما تهزينه أو تأرجحينه
9. إذا لم يأكل جيداً ويشبع قبل أن ينام.