

# لهذه الأسباب يستيقظ طفلك خلال الليل!

خلال الأشهر الأولى من عمر طفل، يستيقظ خلال ساعات الليل كثيراً، وهذا أمر لا يمكن تفاديه! ولكن للاستيقاظ ليلاً أسباب عدّة، ابرزها الجوع، ولكن اذا وجدت ان طفلك يستيقظ أكثر من العادة خلال ساعات نومك، فقد يكون السبب موجود في الالائحة التالية.

1. إذا كان طفلك يشعر بالبرد او 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 مريضا
5. إذا كان هناك تغيير في روتين نوم طفلك، مثل تغير مواعيد الاستيقاظ
6. إذا كان طفلك قد تعلم للتو مهارة تنمية 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 تهزّينه أو تأرجحّينه
9. إذا لم يأكل جيداً ويشبع قبل أن ينام.