



## БЕБЕШКИ КОЛИКИ

Печално известните бебешките колики обикновено са първото сериозно предизвикателство пред детето и неговите родители. Не се случва рядко новородените да преминават през периоди, в които са твърде раздразнителни или склонни да плачат без ясна причина.

### Какви са симптомите на бебешките колики?

Ако подозирате, че бебето ви страда от колики, обърнете внимание за някои от тези симптоми:

- Детето плаче силно за продължителен период от време, въпреки опитите да го успокоите.
- Симптомите се появяват по едно и също време на деня или ноща, често след хранене и обикновено спират така внезапно, както са се появили.
- Наличие на сигнали за газове и подуване на коремчето.

# БЕБЕШКИ КОЛИКИ

Написано от

---

- Бебето има твърд стомах, коленете са силно свити към тялото, ръцете са в юмрук.
- Бебето страда от често безсъние, раздразнителност, безпокойство.

Веднъж започнат ли бебешките колики – няма начин да не разберете. В повечето случаи, те са най-силната болка, която бебето ви е изпитвало. Обикновено протичат със силна, остра коремна болка и силни спазми на гладката мускулатура на стомаха и червата. За родителите е трудно да разберат точната причина за плача на детето си, тъй като бебетата не могат да опишат какво точно ги притеснява.

Бибешките колики се наблюдават предимно през първите няколко седмици от раждането до около третия месец. В много редки случаи изязвата им може да продължи до шестия месец. В диагностиката им педиатрите обикновено използват „Правилото Три” – бебе, което плаче три или повече часа на ден, най-малко три пъти в седмицата, в рамките на три месеца. Wess, et al., “Paroxysmas fussing in infancy.” *Pediatrics* 1984;74:998. Около 25% от бебетата отговарят на това правило при диагностицирането на бебешките колики.



## Какви са причините за бебешките колики?

Има много теории за коликите, но не и конкретна, солидно, научно обоснована, върху която експертите да са единни. Познати са достатъчно обстоятелства, доказващи, че коликите се проявяват вследствие различни причини при различните бебета. Няколко значими фактора, появявайки се в комбинация е много вероятно да причинят колики или дискомфорт у бебето:

- Новородените имат незряла храносмилателна система, която никога не е преработвала храна. Тя, буквално, сега се учи да функционира. Гладките мускули, които подпомагат храносмилането не са развили подходящия ритъм на работа за да могат ефективно да придвижват хранта по храносмилателния тракт. В допълнение, новородените страдат от недостиг на полезната бактериална, чревна флора (пробиотици), която се формира с времето и подпомага храносмилането. Това обяснява защо почти всички бебета превъзможват коликите още през първите няколко месеца.
  
- Определени храни, които майката кърмачка приема, съдържат летливи химикали и алергени, които водят до колики и дискомфорт в стомашно-чревния тракт на малък процент от новородените. Посредством кърменето, следи от плодове и зеленчуци, както и други газообразуващи храни могат да преминат у детето чрез кърмата и да причинят газове и/или подуване.
  
- Бебетата често поглъщат въздух докато се хранят или при продължителен плач. Това увеличава газовете и подуването, и допринася още за наличния дискомфорт.
  
- Нервната система на бебетата също е незряла. Възможно е те лесно да се предозират с непознати звуци, светлини или вибрации. Бебета, които лесно се предозират от подобни фактори по правило имат по-силни и изразени колики, раздразнителност, по-трудно заспиват денем или нощем и т.н. Колкото повече „стимулатори“ (телевизия, телефони, музика, светлини, посетители и др.) има в ежедневието на бебето толкова по-голям е риска то да страда от колики или повишена раздразнителност.

### **Какви възможности за лечение на коликите има?**

Известни са най-различни начини за справяне с проблема с коликите. На първо място, обаче е необходимо да изградите и поддържате силна връзка на обич със своето бебче. Това е изключително важно за да осигурите здрав психо-емоционален статус на

бебето.

Най-широко разпространено е медикаментозното лечение на коликите препоръчано от педиатър. Винаги се консултирайте с педиатър преди да дадете на бебето си каквито и да било медикаменти, церове или хранителни добавки. Известни са полезните свойства на копъра, лайка, мента, кимион. Разходките навън, смяната на позицията на бебето, смяната на заобикалящата среда, масажирането на бебешкото коремче, редовното оригване след хранене допринасят за елиминиране на проблема.

Целта на тази статия е да ви предложи безопасен, нежен, естествен и ефективен начин за справяне с коликите на вашето бебе.



## Техниката Боуен

[Техниката Боуен /Боуен терапия-видео/](#) е холистичен, терапевтичен метод, който използва нежни движения върху определени точки по тялото, активирайки неговите собствени механизми за самовъзстановяване. Методиката е една от малкото в света, които могат да повлияят вегетативната нервна система и в частност да активират парасимпатикуса. Именно с този силен коз на Техниката Боуен се обяснява и изключително високата ѝ ефективност при лечението на бебешките колики. Само четири движения по гръбчето и още три по коремчето на бебето са достатъчни за да успокоят раздразнения стомашно-чревен тракт. Бебето става по-спокойно, спи по-дълбоко и по-продължително, храни се по-добре, подобрява се честотата на дефекация. По правило, след 1-2 процедури коликите напълно изчезват или чувствително намалят.

Няма странични ефекти или противопоказания.

# БЕБЕШКИ КОЛИКИ

Написано от

---

Помнете, че бебетата все още свикват с този свят и с растежа и израстването коликите им постепенно ще изчезнат. Храносмилателната система ще се научи как да функционира по-добре. Техниката Боуен /Боуен терапия/ просто скъсява този период.

Тагове: [болка](#) ( [във врата](#) , [в гърба и кръста](#) ), [кинезитерапия](#) , [техниката Боуен \(видео\)](#),  
[иотейпинг](#)

[кинез](#)

, [масаж](#)

, [бременност](#)

, [мануална терапия](#)

, [натурален колаген](#)

, [бебешки колики](#)

, [услуги](#)

, [контакт](#)

, [безплодие, нощно напикаване, фибромиалгия](#)

, [Боуен терапия \(Bowen therapy\)](#)

, [физиотерапевт](#)