

Нормы развития навыков приема пищи у детей раннего возраста

Бодрствующий новорожденный обычно сигнализирует о голоде плачем, часто сопровождающимся причмокиванием и поисковыми движениями. Голодный ребенок поворачивается к матери (опекуну) и начинает искать. Активируются ротовые рефлексы и реакции поиска и сосания. Если ребенок чувствует раздражение на щеке, он поворачивает голову в направлении раздражения и открывает рот (поисковый рефлекс). Когда сосок касается губ, ребенок начинает открывать и закрывать челюсть, пока не почувствует раздражение на языке, которое запускает сосательные движения (сосательный рефлекс).

0-1 месяц

- Ребенок питается от груди или из бутылочки.
- Работает сосательный рефлекс: когда прикасаются к щеке ребенка или гладят ее, он поворачивает голову в этом направлении и широко открывает рот.
- Учится координировать сосание, глотание и дыхание. Это жизненно важный навык для младенца, он запускается, когда палец или соска помещаются в рот ребенка, и оказывается давление на его нёбо. Задерживает дыхание во время сосания. Делает 8-10 сосательных движений и только потом вдох.
- Во время питания у ребенка может подтекать жидкость из уголков рта.

2-4 месяца

- Открывает рот, когда видит бутылочку/ грудь
- Начинает поднимать руки в сторону бутылочки/ груди.
- Уверенно дышит во время сосания и глотания.
- Выраженный рефлекс кляпа. Этот рефлекс заставляет младенца выталкивать любой предмет из полости рта, чтобы не подавиться. Гаснет к 6 месяцам жизни.



5-6 месяцев

- Касается или похлопывает по бутылочке или груди матери во время кормления.
- Начинает есть небольшими порциями пюреобразную пищу с ложки.
- Может кусать или сосать детское печенье.
- Появляются движения жевания - вверх-вниз.
- Рвотный рефлекс на крупинки пищи начнет ослабевать.
- Плохо контролирует еду, которая попала в рот, поэтому может её терять.

7-8 месяцев

- Начинает употреблять более густые пюреобразные продукты.
- Ест измельченную или пюрированную пищу.
- При пережевывании пищи будет двигать языком вверх, вниз и из стороны в сторону.
- Держит бутылочку самостоятельно.
- Пьёт из чашки, которую держит взрослый. Заглатывает много воды за один глоток, может кашлять, много воды проливается мимо или выливается изо рта.
- Берет в рот ложку, игрушки, детское печенье.
- Рвотный позыв сохраняется, если ложка или кусочек пищи оказались глубоко во рту.

9-12 месяцев

- При питье из чашки, которую держит взрослый, при этом могут сохраняться трудности с координацией дыхания и питья. Пытается сам держать чашку.
- Самостоятельно берет кусочки пищи руками и кормит себя.
- Захватывает ложку и тянет её в рот, при этом часть пищи теряет, может промахиваться мимо рта.
- Уверенно обхватывает ложку губами и снимает с неё пищу.
- Во время еды начнет гораздо больше двигать челюстью и языком, а также перемещать пищу во рту.
- Хорошо координирует движения губ, языка и челюсти.

13-18 месяцев

- Хорошо кусает разнообразную еду, любые консистенции.
- Ест рубленую и измельченную пищу.
- Будет использовать язык для перемещения пищи из стороны в сторону.
- При жевании будет выделяться небольшое количество слюны.
- Иногда жуёт с приоткрытым ртом.
- К 18 месяцам ест крупно нарезанную пищу, включая мясо и овощи.
- К 18 месяцам пьёт из чашки, не теряя жидкости изо рта.
- Ест ложкой густую пищу преимущественно самостоятельно, но теряет часть еды.
- Появляются пищевые предпочтения.

24 месяца (2 года)

- Сохраняются явные пищевые предпочтения, то есть, будет испытывать симпатию или антипатию к определенным продуктам.
- Легко пьёт из чашки, которую держит сам. Жидкость не вытекает, край чашки плотно прилегает к губам.
- Хорошо проглатывает пищу, не теряя её, благодаря плотному прилеганию губ и контролю.
- Во время жевания будет совершать круговые движения челюстью, а также двигать ей из стороны в сторону.
- Ест ложкой самостоятельно, иногда не аккуратно.
- Использует вилку.



К концу второго года жизни ребенок начнет есть ту же еду, что и остальные члены семьи. Он может самостоятельно есть ложкой и вилкой, накладывать себе еду во время ужина, изредка проливая что-нибудь. У ребенка сформируются определенные предпочтения и неприязнь к определенным продуктам, и поэтому он будет отказываться от некоторых из них.