

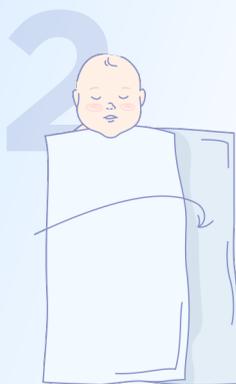
# Пеленать или не пеленать — вот в чем вопрос



## Однозначно верного ответа здесь нет.

Есть свои плюсы и минусы. Это вопрос, в первую очередь, вашего комфорта. Если вы выбираете для своего малыша пеленание, предлагаем вам две наиболее прогрессивные техники.

## Свободное пеленание



### Плюсы

- ✓ Более крепкий сон младенца
- ✓ Уменьшение трат на одежду в период быстрого роста ребенка

### Минусы

- ✗ Пеленание может приводить к ухудшению кровоснабжения
- ✗ Есть риск перегрева, особенно при пеленании в одеяло
- ✗ Ребенок лишается тактильных ощущений, а значит, ограничивается возможность познавать окружающий мир

# Широкое пеленание



## Плюсы

- ✓ Техника рекомендована при дисплазии тазобедренного сустава: ножки фиксируются в разведенном положении с использованием специальных трусиков или подушки
- ✓ Можно практиковать без назначения врача

## Минусы

- ✗ Малыш может будить себя самопроизвольными движениями ручек, расчесывать комариные укусы и опрелости



## До какого возраста пеленать ребенка?

Обычно пеленание рекомендуется до возраста 2-4 месяцев. В этот период малыш начинает активно двигаться, переворачиваться на живот, и ему необходимо больше свободы для естественного развития моторики.

**Есть вопросы по питанию малыша?**

**Как наладить грудное вскармливание?**

Обратитесь к экспертам Nutriclub за персональной бесплатной консультацией.

А также, полезное вкусное меню от Шефа для кормящей мамы.

**Экспертная линия Nutriclub:  
8 800 200-33-88**

