

จุกหลอก ดีกับลูกจริงไหม จุกนมหลอก มีข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง

คุณแม่มือใหม่ สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ พิธีกร พร้อมเคล็ดลับดูแลตัวเอง

บทความ

เม.ย. 2, 2024

7นาที

จุกหลอก หรือจุกนมหลอก สำหรับคุณพ่อคุณแม่มือใหม่ที่ยังลังเลจุกหลอก จำเป็นไหม มีประโยชน์ และปลอดภัยกับลูกน้อยหรือมีข้อดีข้อเสียอย่างไร หากคุณพ่อคุณแม่เข้าใจก่อนใช้ก็สามารถเลือกได้ว่าจะใช้จุกนมหลอกให้เหมาะสมและปลอดภัยต่อลูกน้อยได้อย่างไร

อ่านเพิ่มเติม

สรุป

- หากคุณแม่จำเป็นต้องใช้จุกหลอก ควรเริ่มใช้ได้หลังลูกอายุ 3-4 สัปดาห์ หลังลูกคุ้นเคยจากการดูดนนมแม่แล้ว
- คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรให้ทารกใช้จุกหลอกจนเกินอายุ 6 เดือนหรือไม่ควรให้เด็กที่อายุเกิน 4 ปี ใช้จุกนมหลอก เพราะจะทำให้ลูกติดจุกหลอกจนไม่อยอมเข้าเต้ากินนมแม่และเกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมา
- การใช้จุกหลอกอาจเป็นเครื่องง่ายสำหรับทารกในการดูด แต่สำหรับคุณพ่อคุณแม่การตัดสินใจให้ลูกได้ใช้จุกนมหลอกนั้นอาจเป็นน้ำหนึ่งที่ต้องซังใจ เพราะในช่วงวัยแรกเกิดจนถึง 6 เดือน น้ำนมให้ลูกได้ดูดนนมแม่เป็นสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับลูกน้อย

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- จุกหลอก จุกนมหลอก มีไว้เพื่ออะไร
- จุกหลอกที่ดีกับลูกน้อย ควรเป็นแบบไหน
- จุกนมหลอก มีข้อดีอะไรบ้าง
- รวมข้อเสียของจุกนมหลอก
- ควรให้ลูกเริ่มใช้จุกหลอกตอนไหนดี
- วิธีใช้จุกหลอกที่ถูกต้อง ปลอดภัยต่อลูกน้อย

- ควรให้ลูกเลิกใช้จุกนมหลอกเมื่อไหร่
- เคล็ดลับให้ลูกเลิกใช้จุกนมหลอกแบบง่าย ๆ

จุกนมหลอก สามารถนำมาเป็นตัวช่วยเพื่อป้องกันการดูดนิ้วหรือการหยับจับสิ่งของใกล้้มีมาเข้าปากในเวลาที่คุณแม่ไม่ได้อยู่ใกล้ ๆ ลูกน้อย แต่สำหรับคุณพ่อคุณแม่มือใหม่ที่ยังลังเล จุกหลอกจำเป็นมั้ย ใช้อวย่างไรจะไม่เกิดผลเสียและปลอดภัยต่อลูกน้อย พิจารณา ก่อนเลือกใช้ว่ามีข้อดีและข้อเสียอย่างไร มาหาคำตอบกันค่ะ

จุกหลอก จุกนมหลอก มีเพื่อทำอะไร

จุกหลอกหรือจุกนมหลอก เป็นวัสดุที่ผลิตจากยางหรือซิลิโคน มีหลายขนาดให้คุณแม่เลือกใช้ขึ้นอยู่กับอายุของลูก การใช้จุกหลอกนั้นควรเริ่มให้ลูกใช้หลังอายุ 3-4 สัปดาห์ มีส่วนช่วยเพื่อป้องกันลูกดูดนิ้ว ซึ่งอาจเป็นพฤติกรรมที่ลูกน้อยติดตัวมาตั้งแต่อยู่ในท้องแม่ ตั้งแต่อายุครรภ์ 18 สัปดาห์ และในช่วงวัยการกัดได้ อีกทั้งพัฒนาการของเด็กในช่วงวัยนี้จะเริ่มไขว่คว้าจับสิ่งของใกล้ตัวมาเข้าปาก

การใช้จุกหลอกจึงเป็นตัวช่วยเพื่อป้องกันสิ่งของที่ลูกอาจนำเข้าปากที่อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อลูกน้อยได้ ทั้งนี้หัวจุกหลอกจะคล้ายกับหัวนมของคุณแม่เวลาที่หากดูดจุกนมหลอกจึงทำให้ลูกน้อยรู้สึกคุ้นเคย อุ่นใจ รู้สึกสงบและผ่อนคลาย จึงช่วยทำให้ลูกน้อยลดอาการอ่อนแรง หยุดร้องไห้ และหลับได้ง่ายขึ้น

จุกหลอกที่ดีกับลูกน้อย ควรเป็นแบบไหน

หากคุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องใช้จุกนมหลอก สิ่งที่คำนึงเป็นอันดับต้น ๆ คือการเลือกใช้จุกหลอกที่ปลอดภัยจากสาร BPA ซึ่งเป็นสารเคมีอันตราย หากเข้าสู่ร่างกายก็จะส่งผลอันตรายต่อทารกได้ และสังเกตจุกหลอกควรจะมีรูระบายอากาศเพื่อให้อากาศผ่านขณะดูดและลดการสะสมเชื้อโรค ทั้งนี้คุณพ่อคุณแม่ควรหลีกเลี่ยงสายจุกหลอก เพราะอาจทำให้สายไปพันคอเด็กเกิดอันตรายโดยไม่รู้ตัวได้ หรือหากเป็นไปได้การหลีกเลี่ยงการใช้จุกนมหลอกกับลูกน้อย ก็จะส่งผลดีต่อพัฒนาการเจ้าตัวน้อยช่วงแรกเกิดได้

จุกนมหลอก มีข้อดีอะไรบ้าง

การใช้จุกหลอกควรเริ่มใช้ได้หลังลูกอายุ 3-4 สัปดาห์ หลังลูกคุ้นเคยจากการดูดนมแม่แล้ว หากคุณแม่จำเป็นต้องใช้จุกหลอก อาจมีประโยชน์ต่อลูกน้อย

1. ช่วยทำให้ลูกอารมณ์ดี รู้สึกสงบและผ่อนคลาย

การดูดถือเป็นสัญชาตญาณหนึ่งของทารก การใช้จุกหลอกให้ลูกดูดก็เป็นตัวช่วยที่ทำให้เจ้าตัวน้อย อารมณ์ดีได้ ทำให้ลูกได้ฝึกควบคุมอารมณ์ในช่วงเวลาที่กำลังอ่อนลงได้

2. ช่วยทำให้ลูกนอนหลับได้ง่ายและนานขึ้น

การใช้จุกหลอกสำหรับลูกน้อยที่มีปัญหาในการนอนจะช่วยให้ลูกรู้สึกผ่อนคลายทำให้นอนหลับได้นานขึ้น ซึ่งจะเป็นผลดีต่อการนอนหลับเวลากลางคืน เมื่อลูกน้อยหลับสนิทร่างกายและสมองได้พักผ่อนเต็มที่ ร่างกายจะมีการผลิตกราฟ索ร์โมน (Growth Hormone) ขึ้นมา ซึ่งมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้เจริญเติบโตสมวัย สร้างภูมิคุ้มกันทาง และพัฒนาการด้านสมอง รวมถึงช่วยกระตุ้นการสร้างและซ่อมแซมเนื้อเยื่อส่วนต่างๆ ให้แข็งแรง

3. เป็นตัวช่วยเบี่ยงเบนความสนใจ

ในกรณีที่คุณพ่อคุณแม่พาลูกน้อยไปหาหมอตามนัดเพื่อทำการตรวจหรือฉีดวัคซีน หรือการพายไปเที่ยวเปลี่ยนสถานที่ใหม่ ๆ ในบรรยายากசที่ไม่คุ้นเคย อาจทำให้เจ้าตัวน้อยร้องอ้าง การใช้จุกนมหลอกสามารถเป็นตัวช่วยเบี่ยงเบนความสนใจของเจ้าตัวน้อยได้ จะทำให้ลูกรู้สึกผ่อนคลายลดความกังวลลง รวมถึงสามารถใช้จุกหลอกในขณะที่คุณพ่อคุณแม่พาลูกน้อยขึ้นเครื่อง นอกจากจะทำให้ลูกรู้สึกสงบผ่อนคลาย ในขณะที่เครื่องกำลังขึ้นการใช้จุกนมหลอกยังช่วยปรับระดับความดันภายในหู ลดอาการหูอื้อระหว่างที่เครื่องกำลังขึ้นได้

4. ช่วยป้องกันลูกน้อยหยิบของเข้าปาก

ในช่วงพัฒนาการ 4-6 เดือนของเจ้าตัวน้อยเริ่มที่จะใช้มือไขว่คว้า หรือเอื้อมหยิบจับและคว้าสิ่งของมือเดียวได้แล้ว ของที่วางอยู่ใกล้ตัวลูกอาจจะนำมาเข้าปาก สิ่งของที่ลูกจับอาจจะแตกหักและมีการบ่นเป็นของเชื้อโรค ทำให้ลูกน้อยได้รับเชื้อโรคและอาจเกิดการเจ็บป่วยไม่สบายได้

5. ช่วยป้องกันลูกดูดนิ้วไม่อยากให้ติดเป็นนิสัย

สำหรับทารกและเด็กเล็กนั้น การดูดนิ้วถือเป็นพัฒนาการตามวัยโดยธรรมชาติของทารก ซึ่งทารกบางคนอาจดูดนิ้วนิ่ามาตั้งแต่ในท้องแม่ที่ทำให้ลูกน้อยรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัย การดูดนิ้วจึงถือว่าเป็นพฤติกรรมปกติของทารกแรกเกิดจนถึง 2 ขวบ และจะหยุดดูดนิ้วได้เองภายใน 2-4 ขวบ แต่หากลูกดูดดูดนิ้วนิ่วเป็นเวลานานก็จะส่งผลเสียต่อรูปพัฒนาการให้ลูกใช้จุกหลอกน้ำอาจช่วยป้องกันลูกดูดนิ้วและสอนลูกให้เลิกใช้จุกง่ายกว่า แต่หากปล่อยให้ลูกใช้จุกนมหลอกเป็นเวลานานก็อาจส่งผลเสียได้เมื่อนอกจาก การดูดนิ้วนิ่นกัน

6. ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคไอลตายในการ กหรือ SIDS

โดยทั่วไปอาจเกิดขึ้นได้กับทารกตั้งแต่วัย 1 เดือนถึง 1 ขวบ และเกิดขึ้นกับทารกที่อายุน้อยกว่า 6 เดือนประมาณร้อยละ 90 ซึ่งจะพบว่าทารกจะมีอาการหดหายใจขณะหลับและไม่ตื่นขึ้นมาหายใจ อีก สาเหตุอาจเกิดได้หลายปัจจัย เช่น การให้ทารกนอนคว่ำ เกิดจากการกดทับขณะนอนร่วมกับพ่อ แม่บันทีนอนเดียวกัน หรืออาจมีวัตถุสิ่งของหรือผ้าไปอุดทางเดินหายใจขณะนอนหลับ จนทำให้ลูกหายใจไม่ออก เป็นต้น

การใช้จุกนมหลอกให้ลูกดูดในขณะที่นอนหลับจะมีส่วนช่วยให้ทารกหายใจได้สม่ำเสมอ นอนหลับสบายขึ้น นอกจากนี้ควรให้ทารกนอนท่าหงายหรือนอนตะแคงเพื่อให้ลูกน้อยหายใจได้สะดวกสบาย กว่าท่านอนคว่ำ เนื่องจากที่นอนของลูกน้อยควรแข็งแรงไม่อ่อนยิบ ไม่วางตุ๊กตาหรือของเล่นบนที่นอนใกล้ตัวลูก ไม่ใช้ผ้าห่มหนา ๆ ห่มตัว เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดการอุดทางเดินหายใจระหว่างหลับของลูกน้อยและช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค SIDS

รวมข้อเสียของจุกนมหลอก

การใช้จุกหลอกอาจจะมีประโยชน์สำหรับคุณแม่ที่มีความจำเป็นต้องให้ลูกน้อยใช้จุกนมหลอก แต่ ในขณะเดียวกันหากใช้จุกหลอกกับลูกน้อยนานเกินไป ก็อาจพบข้อเสียได้ เช่น

ติดจุกนมหลอกไม่เข้าเต้า

หนึ่งในปัญหาลูกไม่เข้าเต้า คือการที่คุณแม่ให้ลูกใช้จุกหลอกเร็วเกินไป ทำให้ลูกน้อยเกิดภาวะสับสนหัวหมา คือการสับสนระหว่างการดูดนมแม่กับการดูดจุกนมหลอก ที่มีวิธีการดูดแตกต่างกัน โดยการดูดนมแม่นั้นทารกจะต้องใช้ลิ้นและยกกระดานเพื่อออกแรงดูดนำนมจากเต้าแม่ แต่การดูดจุกนมนั้นง่ายและทำให้ลูกปฏิเสธนมแม่ หันไปติดจุกหลอกหรือติดการดูดนมจากขาดมากกว่า หากคุณแม่จำเป็นต้องใช้จุกนมหลอกควรเริ่มหลังจากให้ลูกน้อยดูดเต้าไปก่อนอย่างน้อย 3-4 สัปดาห์

ติดจุกหลอกจนพินผิดรูป

หากปล่อยให้ลูกใช้จุกหลอกนานเกินไปหรือใช้จนถึงช่วงที่ลูกพัฒนา 2 ปีขึ้นไป อาจทำให้เกิดปัญหาในช่องปากตามมาได้ เช่น ส่งผลเสียต่อการเรียงตัวของฟัน ทำให้ฟันนำมขึ้นผิดรูป ฟันหน้าบุบและล่างไม่สมกันทำให้ใช้ฟันกัดเพื่อตัดอาหารไม่สะดวก พันเหยิน เป็นต้น

ติดจุกหลอกจนงอแง

ในขณะที่คุณพ่อคุณแม่ใช้จุกนมหลอกเพื่อลดอาการร้องโวยของลูกน้อย และทำให้ลูกหลับได้นานขึ้น แต่หากลูกติดจุกหลอกมากเกินไป เมื่อไม่ได้อุดหรือจุกนมหลอกหลุดออกจากปาก ก็อาจทำให้เจ้าตัวน้อยเกิดอาการร้องโวยส่งเสียงรบกวนได้โดยเฉพาะในช่วงเวลากลางคืน

ติดจุกหลอกเสียงติดเชื้อ

การใช้จุกนมหลอกสำหรับลูกน้อยหากไม่ทำความสะอาดอย่างเหมาะสม หรือขณะจุกจุดจุกหลอกแล้วหล่นใส่พื้น หยิบขึ้นมาเข้าปากก่อนทำความสะอาด จุกนมหลอกจึงกลایเป็นแหล่งสะสมเชื้อโรคส่งผลให้ลูกน้อยมีโอกาสเสียงติดเชื้อ ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดหูชั้นกลางอักเสบได้ ทั้งนี้คุณพ่อคุณแม่สามารถป้องกันได้โดยให้ลูกน้อยฝึกเลิกใช้จุกนมหลอกได้ตั้งแต่อายุไม่เกิน 6 เดือนถึง 1 ปีขึ้นไป



ควรให้ลูกเริ่มใช้จุกหลอกตอนไหนดี

หากคุณพ่อคุณแม่มีความจำเป็นที่จะต้องให้ลูกน้อยใช้จุกหลอก ควรให้ลูกเริ่มใช้หลังจากลูกคุ้นเคยกับการดูดน้ำจากเต้าแม่ก่อน หรือในช่วง 1 เดือนแรกหลังคลอดเพื่อไม่ให้ลูกเกิดภาวะสับสนหัวนม

และติดจุกจนไม่ยอมเข้าเต้ากินนมแม่ ทั้งนี้คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรให้ทารกใช้จุกหลอกจนเกินอายุ 6 เดือนหรือไม่ควรให้เด็กที่อายุเกิน 4 ปีใช้จุกนมหลอก เพราะอาจทำให้ลูกติดจุกหลอกจนทำให้ส่งผลเสียต่อรูปฟันผิดลักษณะได้

วิธีใช้จุกหลอกที่ถูกต้อง ปลอดภัยต่อลูกน้อย

หากคุณแม่จำเป็นต้องใช้จุกหลอกกับลูกน้อย ควรพิจารณาว่าใช้อย่างไรจะปลอดภัยต่อลูกน้อย โดยสิ่งที่ต้องคำนึงถึง เช่น

1. ไม่ควรใช้จุกหลอกร่วมกับเด็กคนอื่น การสัลบจุกนมหลอกกันใช้หรือการให้ลูกใช้จุกนมหลอกของเด็กคนอื่นจะส่งผลให้เกิดการติดเชื้อโรคร่วมกันได้ง่าย
2. ควรเปลี่ยนจุกหลอกอันใหม่ทุกเดือน เพื่อความสะอาดและมีอนามัยที่ดีต่อลูกน้อย
3. ควรเลือกจุกหลอกที่เหมาะสมกับเด็กแต่ละวัย และเลือกขนาดของจุกหลอกให้เหมาะสมกับปากของลูกน้อยเพื่อให้ลูกน้อยได้ดูดอย่างกระชับพอดี ไม่เล็กหรือมีขนาดใหญ่เกินไป
4. หมั่นทำความสะอาดและซ่าเชือจุกหลอกสามาเสมอ ทำความสะอาดจุกนมหลอกด้วยการใช้สบู่สำหรับล้างผลิตภัณฑ์เด็กอ่อนและใช้น้ำร้อนล้างเพื่อซ่าเชือโรค

ควรให้ลูกเลิกใช้จุกนมหลอกเมื่อไหร่

หากเป็นไปได้คุณพ่อคุณแม่ควรให้เจ้าตัวน้อยฝึกการดูดจุกหลอกตั้งแต่หลังอายุ 6 เดือนขึ้นไป ซึ่งโดยทั่วไปเด็กส่วนใหญ่ในวัย 2-4 ปี ก็จะเลิกการดูดจุกไปเอง แต่หากลูกมีอาการติดจุกหลอกไม่ยอมเลิก คุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษาคุณหมอเพื่อขอรับคำแนะนำและหาแนวทางรักษาที่เหมาะสมต่อไป

เคล็ดลับให้ลูกเลิกใช้จุกนมหลอกแบบง่าย ๆ

การดูดจุกหลอกอาจจะทำให้ลูกน้อยรู้สึกพอใจและผ่อนคลาย แต่เมื่อถึงเวลาคุณพ่อคุณแม่ควรหยุดการใช้จุกหลอก เพื่อป้องกันการติดจุกที่อาจส่งผลให้เกิดปัญหาภายในช่องปากและพัฒนาการของลูกตามมาได้ ทั้งนี้คุณพ่อคุณแม่ควรให้ลูกได้เลิกการใช้จุกหลอกตั้งแต่อายุยังน้อยหรือหลัง 6 เดือนโดยวิธีเลิกใช้จุกหลอกกับลูกแบบง่าย ๆ เช่น

- ใช้ข่องเล่นเบี่ยงเบนความสนใจ พัฒนาการของเด็กช่วงวัย 4-6 เดือน สามารถใช้มือค้ำจับสิงของได้แล้ว คุณพ่อคุณแม่อาจหาของเล่นมาให้ลูกใช้มือจับแทนจุกนมหลอก อาจเป็นของเล่นเสริมทักษะที่ช่วยเสริมพัฒนาการตามวัยและทำให้เจ้าตัวน้อยสนุกจนลืมสนใจจุกหลอกลงได้
- ใช้วิธีเล่นนิทานให้ลูกฟัง คุณพ่อคุณแม่อาจจะแต่งนิทานโดยใช้จินตนาการจากโครงเรื่องที่คุ้นเคยมาเล่าเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจจากความต้องการดูดจุกหลอก
- ตัดปลายจุกหลอกที่ล่อน้อย วิธีนี้เป็นการค่อย ๆ ลดจำนวนการใช้จุกหลอกลง โดยทุกครั้งที่ลูกงอแงอย่างดูดจุกหลอก คุณพ่อคุณแม่ค่อย ๆ ตัดปลายจุกหลอกที่ละนิด เพื่อให้ลูกค่อย

๔ รู้สึกว่าการดูดจุกหลอกไม่ดีเหมือนเดิม ทำแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จะลดจำนวนจุกนมหลอกลง จนลูกไม่รู้สึกต้องการดูดจุกหลอกอีกต่อไป วิธีแบบค่อยเป็นค่อยไปจะช่วยให้ลูกได้ปรับ อารมณ์และจิตใจต่อการเลิกใช้จุกหลอกลงได้อย่างนุ่มนวล

- ให้ลูกได้กินนมจากเต้าแทนการดูดจุกหลอก ทุกครั้งที่ลูกมีอาการร้องไห้ต้องการจะ ดูดจุกหลอก หากคุณแม่ต้องการให้ลูกเลิกใช้จุกนมหลอก การให้ลูกเข้าเต้าดูดนมคุณแม่แทน จะช่วยให้ทารกรู้สึกอบอุ่นเมื่ออยู่ในอ้อมกอดและหยุดอ้างลงได้ ทั้งนี้คุณแม่ควรใจแจ้ง ไม่ ให้ลูกกลับไปใช้จุกหลอกอีกครั้ง เพราะการเลิกครั้งต่อไปอาจจะยากขึ้นกว่าเดิมก็เป็นได้

ถึงแม้ว่าการใช้จุกหลอกอาจจะเป็นเรื่องง่ายสำหรับการดูด แต่สำหรับคุณพ่อคุณแม่การ ตัดสินใจให้ลูกได้ใช้จุกนมหลอกนั้นอาจเป็นเรื่องที่ต้องซังใจ เพราะในช่วงวัยแรกเกิดจนถึง 6 เดือน นั้น การให้ลูกได้ดูดนมแม่เป็นสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับลูกน้อย การให้ลูกน้อยได้กินนมจากเต้าคุณแม่นั้น ทำให้ลูกน้อยได้รับความอบอุ่นและเกิดผลดีทางด้านจิตใจ ทำให้ลูกอารมณ์ดี และยังส่งผลดีต่อสุขภาพ สร้างภูมิคุ้มกันทางโรค ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทางสมองให้ลูกน้อยเจลีယูลาด เรียนรู้ไว เพราะในนมแม่มีสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายและสมองมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีโอเชอ วิตามิน แคลเซียม และแอลฟ่าแล็ค สฟิงโกลไม้อลิน เป็นต้น หากจำเป็นที่จะต้องใช้จุกหลอกกับเจ้าตัว น้อยก็อย่าปล่อยให้ลูกใช้นานเกินไปนะคะ

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ให้นม

- 2'-FL คืออะไร ? รู้จัก 2'-FL โลลิโกแซคคาไรด์ในนมแม่ (HMOs)
- นำนมเหลือง ที่มี แอลฟ่าแล็ค สฟิงโกลไม้อลิน สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองจากแม่สู่ลูก
- เทคโนโลยีจัดการนมแม่ สุดยอดสารอาหารจากแม่สู่ลูก
- เพิ่มน้ำนมคุณแม่ ด้วยการกระตุ้นนำนม จากรหرمชาติ ดีกับคุณแม่และลูก
- นมแม่อยู่ได้กีชั่วโมง นำนมแม่เก็บได้นานแค่ไหน ก็เก็บรักษาอย่างไรให้ถูกวิธี
- อาการทารกทิวนม สัญญาณจากลูกน้อย ที่คุณแม่สังเกตเองได้
- เด็กแรกเกิดกินนมกีอนหนึ่ง ถึงจะดีที่สุด บริมาณเท่าไหร่ถึงเรียกว่าพอดี
- วิธีจับลูกเรอ ทำอุ้มเรอช่วยให้ลูกสบายท้อง หลังลูกอิ่มน้ำ
- คัดเต้านมทำยังไงดี คัดเต้ากีวันหาย พร้อมวิธีบรรเทาอาการบวมคัด
- เจ็บหัวนม หัวนมแตก อาการเจ็บหัวนม ต้องรักษาอย่างไร ให้นมลูกต่อได้ใหม่
- หากไม่ยอมนอน ลูกงอแงไม่ยอมนอนไม่มีสาเหตุ พร้อมวิธีรับมือ
- อาการทารกทิวนม สัญญาณจากลูกน้อย ที่คุณแม่สังเกตเองได้
- วิธีชงนมที่ถูกต้อง พร้อมขั้นตอนการเตรียมนำชงนม สำหรับแม่มือใหม่

อ้างอิง:

1. จุกหลอก ดีต่อลูกน้อยหรือไม่, พบแพทย์
2. การดูดนิ้ว (Thumb-sucking), กรมสุขภาพจิต สถาบันราชานุกูล
3. จุกหลอก ข้อดี ข้อเสียในการใช้งานที่ควรรู้, hellokhummor
4. ลูกนอนดีก มีความเสี่ยง ความสูงไม่ถึงเกณฑ์ และพัฒนาการไม่ตามวัย, โรงพยาบาลบางปะกอก
5. เช็คพัฒนาการเจ้าตัวน้อยอย่างไร, โรงพยาบาลเด็กสินแพทย์
6. ลูกชอบดูดนิ้วทำอย่างไรดี, โรงพยาบาลเด็กสินแพทย์
7. โรคไหลตายในทารก!! ภัยเงยบที่ไม่เคยมองข้าม, คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

8. 8 วิธีเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จ, โรงพยาบาลกรุงเทพ
9. เลิกจูบนมหลอกให้ลูก คุณพ่อคุณแม่ควรทำอย่างไร, hellokunmor
10. สารพัดข้อดีของนมแม่, โรงพยาบาลเปาโล
11. เด็กเอาของเข้าปาก ความเสี่ยงต่อสุขภาพ และวิธีรับมือที่ควรรู้, hellokunmor

อ้างอิง ณ วันที่ 25 มกราคม 2567

- 
- 
- 
- 
- 
- 

คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

กฎิแพ้ในเด็ก



ເອລີ່ມ ສົງໄກ ໄນວິບ

ພັນນາກາຮສມອງລູກນ້ອຍ

ກາຮຂັບຄ່າຍລູກນ້ອຍ

ຄຸນແມ່ໄທ້ນມບຸຕຣ



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชัน