



บทความ

คุยกับลูกในท้องอย่างไร? การสื่อสารกับลูกน้อยในครรภ์

พ.ย. 12, 2024

2 นาที

ลูกน้อยในครรภ์สามารถรับรู้อารมณ์และตอบสนองกับคุณแม่ได้ มาเรียนรู้ 4 สายสัมพันธ์หลักที่เชื่อมระหว่างคุณแม่และลูกน้อย เพื่อช่วยให้ลูกน้อยมีพัฒนาการที่ดีเยี่ยมกัน

คำถามที่พบบ่อย

ลูกในท้องได้ยินเสียงเราจริงๆ เหรอคะ แล้วควรเริ่มคุยกับเขาสักตอนไหนดี?

คลิก

ได้ยินชัดเลยคะคุณแม่! เหมือนมีผู้ฟังตัวน้อยๆ อยู่ในท้องเลยคะ เขาจะเริ่มได้ยินเสียงต่างๆ ชัดเจนขึ้นประมาณเดือนที่ 6 ของการตั้งครรภ์คะ การที่คุณแม่พูดคุย ร้องเพลง หรือเล่านิทานให้เขาฟังบ่อยๆ จะช่วยให้เขาค้นเคยและจดจำเสียงของคุณแม่ได้ เป็นการสร้างสายสัมพันธ์ที่อบอุ่นมากๆ ค่ะ เรื่องพัฒนาการการได้ยินที่สมบูรณ์ของลูกน้อย ควรปรึกษาคุณหมอมหรือผู้เชี่ยวชาญเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้องนะคะ

ถ้าหนูลูบท้องบ่อยๆ ลูกจะรู้สึกไหมคะ?

คลิก

รู้สึกแน่นอนคะ! การสัมผัสเป็นประสาทสัมผัสแรกๆ ที่ลูกน้อยพัฒนาเลยคะ การที่คุณแม่ลูบหน้าท้องเบาๆ ก็เหมือนการส่งความรักและความอบอุ่นไปให้เขาโดยตรง บางครั้งเขาอาจจะตอบสนองด้วยการขยับตัวมาใกล้ๆ หรือดิ้นเบาๆ เป็นการทักทายกลับมาก็ได้คะ อย่างไรก็ตาม ทุกการเปลี่ยนแปลงหรือการเคลื่อนไหวของลูกน้อย หากคุณแม่ไม่แน่ใจ ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อความสบายใจนะคะ

ลูกในท้องจะรับรู้รสชาติอาหารที่แม่กินได้ไหมคะ?

คลิก

ใช่แล้วคะ! เป็นเรื่องมหัศจรรย์มากเลย รสชาติต่างๆ จากอาหารที่คุณแม่ทานจะสามารถผ่านเข้าไปในน้ำคร่ำได้ และเมื่อลูกน้อยฝึกกลืนน้ำคร่ำ เขาก็จะได้เรียนรู้รสชาติเหล่านั้นไปด้วยคะ เหมือนเป็นการปูพื้นฐานเรื่องการกินให้เขาตั้งแต่ในท้องเลยคะ เรื่องโภชนาการที่เหมาะสมและส่งผลดีต่อพัฒนาการของลูกน้อยที่สุด ควรปรึกษาแพทย์หรือนักโภชนาการผู้เชี่ยวชาญนะคะ

การเรียนรู้ของลูกน้อยเริ่มขึ้นตั้งแต่ช่วงแรกของการตั้งครรภ์ จากสัปดาห์ที่ 4 ลูกน้อยเริ่มสร้างระบบภายในของหู ดวงตา และลิ้น หลายสัปดาห์ผ่านไป การรับรู้รสชาติ กลิ่น และสัมผัสจะเริ่มตามมา เช่น ลูกน้อยมีการเปิดรับต่อสภาพแวดล้อมมากขึ้น ตั้งแต่สัปดาห์ที่ 24 เป็นต้นไป ลูกน้อยเริ่มรับรู้และรู้สึกตัวได้ เริ่มสามารถตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นต่างๆ ได้



น้ำคร่ำมีบทบาทสำคัญ

ลูกน้อยเจริญเติบโตอยู่ภายในถุงน้ำคร่ำที่เต็มไปด้วยน้ำคร่ำ ซึ่งมีหน้าที่ปกป้องลูกน้อยจากแรงสั่นสะเทือนต่างๆ จากอุณหภูมิที่เปลี่ยนแปลง และเสียงต่างๆ เป็นต้น ถุงน้ำคร่ำเปรียบเสมือนรังที่ปกป้องลูกน้อย และเป็นพื้นผิวแรกที่เชื่อมต่อการสื่อสารของทารกกับโลกภายนอก

การรับรู้ของลูกน้อย โดยเฉพาะการรับรู้รสชาติเป็นผลมาจากการอาศัยอยู่ในน้ำคร่ำ ตั้งแต่สัปดาห์ที่ 13 ลูกน้อยจะค่อยๆ กูลิ้น และหายใจเอาของเหลวที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบซึ่งสร้างขึ้นจากสารประกอบอะโรมาติก ซึ่งกลไกนี้เป็นการเริ่มต้นของการรับรู้รสชาติของลูกน้อย



สายสัมพันธ์ของคุณแม่กับลูกน้อยในครรภ์เกิดขึ้นตลอดเวลา

ผ่านทางอารมณ์

การเชื่อมโยงประสบการณ์การสื่อสารระหว่างคุณแม่และลูกน้อยเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ช่วงแรกๆ ของการตั้งครรภ์ ลูกน้อยสามารถรับรู้การเคลื่อนไหวของคุณแม่ได้ และจะคุ้นเคยกับวิธีการพูดและการเคลื่อนไหวของคุณแม่ในเวลาต่อมา นอกจากนี้ ลูกน้อยยังสามารถรับรู้อารมณ์อื่นๆ ได้อีก เช่น ผลของความเครียด และอาการตกใจของคุณแม่ ผ่านสารต่างๆ ที่ร่างกายของคุณแม่ผลิตขึ้น เช่น คอร์ติซอล และอะดรีนาลีน ซึ่งเป็นสาเหตุว่าทำไมคุณแม่ตั้งครรภ์จึงควรทำให้สบาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุที่จะทำให้เกิดความเครียด

ผ่านทางด้านโภชนาการ

เมื่อคุณแม่กินอาหาร โมเลกุลอะโรมาติกของอาหารจะผ่านเข้าสู่กระแสเลือด และส่งไปยังลูกน้อยผ่านทางรกหรือน้ำคร่ำ หลังการตั้งครรภ์เดือนที่ 5 ลูกน้อยจะสามารถจดจำรสชาติของอาหารได้ คุณแม่จึงควรกินอาหารให้หลากหลาย และมีความสุขกับการกินอาหาร สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้ลูกน้อยมีพัฒนาการที่ดีเยี่ยม

ผ่านทางท่าทาง

การรับรู้ด้านการสัมผัสถูกพัฒนาขึ้นเป็นสิ่งแรกๆ และลูกน้อยสามารถรู้สึกถึงแรงดัน หรือการลูบสัมผัสหน้าท้อง และตั้งแต่เดือนที่ 5 ของการตั้งครรภ์ ลูกน้อยจะพัฒนาการรับรู้ด้านการสัมผัส โดยการดูดนิ้วหัวแม่มือ และการจับเท้าของตัวเอง ลูกน้อยจะตอบสนองต่อการลูบสัมผัสหน้าท้องของคุณแม่ได้มากขึ้น สิ่งเหล่านี้เป็นจุดมุ่งหมายสำคัญเพื่อการสื่อสารกับทารกในครรภ์



ผ่านทางเสียง

ตั้งแต่เดือนที่ 6 ของการตั้งครรภ์ ลูกน้อยสามารถรับรู้เสียงต่างๆ ที่ได้ยินในแต่ละวันได้ เช่น เสียงของคุณแม่ คุณพ่อ เสียงเพลง เสียงเต้นของหัวใจคุณแม่ ลูกน้อยเริ่มตอบสนองด้วยการเคลื่อนไหวหรือจังหวะหัวใจที่เต้นเร็วขึ้น ลูกน้อยจะรักและมีความสุขเมื่อคุณพูดคุยกับเขา หรือเล่นกับเขาด้วยเสียงเพลง

ลูกน้อยจะเริ่มตอบสนองต่อโลกภายนอกได้ในเบื้องต้น ในขณะที่อยู่วัยระหว่างการรับรู้ต่างๆ และสมองจะยังคงพัฒนาต่อไปเรื่อยๆ คุณแม่สามารถกระตุ้นพัฒนาการเหล่านี้ได้ แต่ไม่จำเป็นต้องทำมากเกินไป

ไป หรือวางลำโพงที่หน้าห้องสำหรับพูดคุยกับลูกตลอดทั้งวัน เพราะลูกน้อยของคุณยังคงมีเวลาอีก
มากตลอดชีวิตในการเรียนรู้ และชื่นชอบดนตรีต่างๆ

แชร์ตอนนี้