6-12個月
文章

6個月大寶寶的饑飽訊號

二月 15, 2021

1 MIN

媽媽知道嗎？寶寶不同的成長階段，他肚子餓跟吃飽都有不同的表達方式，媽媽要懂得掌握這些饑飽訊號，讓寶寶在肚子餓的時候得到滿足，這樣寶寶也會感到安心喔！

典型的饑餓信號

1. 當寶寶想要母乳或食物時，會持續哭鬧或看起來煩躁不安。
2. 寶寶會伸手、張開嘴巴開進去碗或湯匙裡的食物。
3. 寶寶會邊吃邊盯著媽媽，好像在用眼神傳達「我還沒吃飽喔！」
4. 寶寶踢腿並敲打高腳椅或餐盤，就好像在說「媽媽快點，我要吃！」。
5. 寶寶會把手指含在嘴裡，煩躁不安。
6. 當媽媽把食物拿過來時寶寶會非常興奮。

典型的飽腹信號

1. 吃母乳的寶寶，會把頭轉開、避開乳頭。
2. 寶寶會扭頭避開碗裡或湯匙裡的食物，表示他不想再吃下一口了。
3. 寶寶緊閉嘴巴，不肯再吃。
4. 寶寶吐出喜歡吃的食物。
5. 寶寶會推開碗裡的任何食物。
6. 寶寶吃飯速度減慢，注意力不集中，四處張望。
7. 寶寶對吃飯不再有興趣，目光從你和食物上移開。