Автор: Administrator
10.08.2008 06:47 - Обновлено 10.08.2008 06:49

Практически все родители хотя бы раз в жизни сталкивались с тем, что их чадо разговаривает во сне. Каковы причины этого явления, и когда это естественно, а когда пора бить тревогу и бежать к врачу?

В большинстве случаев разговаривание во сне, или сомнилоквия, как называют это явление врачи, совершено безвредно и даже помогает ребенку адаптироваться к окружающему миру. Дело в том, что детская нервная система менее устойчива, чем у взрослого. Произошедшие за день события, даже если они были очень радостными могут стать стрессом для маленького человека.

В этом случае проговаривание пережитого во сне является результатом ярких впечатлений, сильных эмоций.

Проследите, чтобы в вечерние часы ребенок не перевозбуждался, не разрешайте ему смотреть телевизор, обеспечьте доступ свежего воздуха во время сна. В комнате должно быть чуть прохладно.

С помощью проговаривания и бормотания дети также облегчают себе переход в другую стадию сна. Таким образом дети как бы убаюкивают сами себя.

Совсем маленькие дети, которые только учатся говорить, могут использовать говорение во сне как своеобразную стартовую площадку для формирования речи. Сначала такие

дети проговаривают отдельные слова во сне, а уже потом повторяют их наяву.

А вот если сноговорение сочетается с другими симптомами – это серьезный повод обратиться к детскому неврологу. Насторожить должны такие симптомы, как сочетание сноговорения с ночными кошмарами или лунатизмом, путаность сознания после пробуждения, а также если ребенок разговаривая, покрывается потом, истекает слюной.

Подготовлено отделом Здоровья http://www.portal-woman.ru