

点点周刊 QQ1群:83574874、QQ2群:81644914  
飞信群:9633446  
邮箱:kbddzk@163.com

# 新手爸妈

# A17



## 秋天来了，小不点容易得啥病？

秋天来了，父母们要注意了，这是个疾病多发的季节。南京儿童医院专家告诉记者，咳嗽哮喘、腹泻、感冒以及咬伤是最为常见的四种疾病，目前在医院里，这些患儿都有明显增多的趋势。

### 预防腹泻宝宝饮食要简单

南京儿童医院消化科李玫副主任医师告诉记者，秋季也是腹泻，特别是轮状病毒腹泻的高发期。轮状病毒在生活中广泛存在，可以说防不胜防，该腹泻实际上也无药可治，但轮状病毒腹泻一周后，往往可以自愈，家长只需注意观察孩子精神状态，及时补充水分即可。另外一部分腹泻是细菌导致的，严重的患儿输液后，经过抗生素治疗，可以很快康复。

秋季还是肠道疾病的高发时期，患有腹痛的小儿要特别注意胃部的保暖，适时增加衣服，夜间睡觉时要盖好被褥。另外，肠道疾病的孩子要注意饮食调养。小小孩子饮食越简单越好，可以暂时停一停奶粉，而大一点的孩子应以温、软、淡、素、鲜为宜，做到少吃多餐、定时定量。

### 拒绝感冒关键靠预防

这两天，南京的昼夜温差有时能达到10℃，感冒患儿剧增。南京儿童医院专家告诉记者，感冒主要靠预防，天气由暖变冷，不要急于给孩子添加衣服，因为加上后就不好减掉了，只能是越加越多。

最好的办法是：您与孩子穿一样厚薄的衣服，掌握“春捂秋冻”原则，再根据当天的天气预报、气温变化、您自己的感觉，有计划地给孩子增减衣服。有些父母，惟恐孩子冻着，天气一凉，就不让出屋。孩子呼吸道长期不接受外界空气的刺激，得不到耐寒锻炼，一遇到冷刺激或者接触了感冒病人后，因对病原菌抵抗力差，就很容易患病。所以家长最好带着孩子经常到户外呼吸一下新鲜空气。

通讯员 季宝轶 快报记者 刘峻

### 宝宝长期咳嗽不要拖

南京市儿童医院呼吸科田曼副主任医师告诉记者，目前哮喘的孩子明显增多。由于有哮喘病史的人对大气的温度、湿度等变化极为敏感，极易诱发支气管哮喘。加上秋季又是叶落草枯时节，食物和空气中的致过敏物质大量增加，哮喘病发病率随之明显上升。过敏体质的小儿特别要警惕。最常见的当然就是尘螨过敏，有80%的患儿是属于这一类。

除了哮喘，慢性咳嗽也是常见病。田曼告诉记者，如果家长看到孩子长期咳嗽，而抗生素等输液治疗对其又没有任何效果，就要到专业医院找医生，千万不能拖，否则长期咳嗽，会影响孩子的肺部发育。



### 育儿经验坛



181号点点宝宝：郭姝含，12个月，网友姝含提供

### 对付宝宝便秘，米汤是个宝

网友：rae0729

宝宝6个月母乳就不太够了，只能辅助奶粉混合喂养。可是自从吃了奶粉后，本来一天一次的大便变成了3天一次，每次宝宝“嗯，嗯……”用力的时候，总是涨得小脸通红，看到宝宝难受的样子，真是心疼啊！看到别的妈妈用肥皂条，用开塞露，临时是有效果，不过这么长久下去也不是办法，会形成依赖性的。后来妈妈打电话告诉我煮点米汤给宝宝喝。喝过几次后，还真行，宝宝臭臭的便便又变回长条软的了。米汤真是个好东西，帮了我的大忙了！

### 中医治疗宝宝流鼻涕

网友：白羽提供

前几天宝宝感冒了，一直流鼻涕，给她擦鼻涕的时候尽管很小心，可是她还是一直哭。因为一直擦，小鼻子红红的，和小白兔一样了。后来婆婆告诉我给宝宝推拿可以让她流鼻涕。我试了一下，还真管用。方法是让小儿平躺，用指腹从她的眉心向头顶方向推，100下左右，基本上两个小时是不流鼻涕了，等下次流的时候再重复推。

### 脐带护理

网友：skylinli

很多宝宝的肚脐都发生过发炎现象，或者脱落不漂亮，等等。那我只能归结于护理不好！在医院时，每天洗澡医生都会用脐带粉的。所以出院回家时，请记得开一瓶带回家，几块钱而已。准备75%酒精一瓶，棉签若干，医用纱布、胶布齐备。每天洗澡后，提起脐带线的线头，拿酒精从内到外打圈消毒，记得从内到外，不能回去，否则容易造成污染。反复几次，直到看起来很干净没有血污，然后撒点脐带粉，用纱布包好。不要着急拉扯，直至最后非常完整地脱落。还可以继续拿创可贴再撒点脐带粉贴几天，每天一换。

### 宝宝不吃奶瓶的解决方法

网友：chuess

出生后一直母乳喂养，导致宝宝抗拒奶瓶。直到5个多月奶不够吃了，宝宝一直含着奶头不肯放，用奶瓶喂奶粉又嗷嗷大哭！几乎每天都兑一小瓶奶粉给她吃，以为慢慢她就接受了，可是大半个月都还是无效，只能添加米糊之类！后来有一天把奶瓶孔弄大了一号，再抹了一些人奶在奶嘴上，加上宝宝又饿了好几个小时，一下就被吃掉60毫升，好高兴！接下来两天每次吃前都在奶嘴上抹人奶，之后不抹也乖乖地吃了，真是解决了宝宝吃奶的问题了！

### 妈咪词典

**初乳**：指在产后1周左右的时间内所分泌出来的带黄色的母乳。这里面富含婴儿必需的营养素，以及保护还没有抵抗力的宝宝的免疫物质。

**袋鼠护理**：这是一种将进入新生儿中心的亲子抱在母亲赤裸的胸口上的一种会面方式，尝试以此促进母子间的情分。此法不仅仅针对因病进入中心的孩子。作为在预产期左右分娩的健康孩子，也可尝试。对母亲而言，巩固加深与孩子的联系也是有益的。此外，分娩后立即把新生儿放在母亲的怀中，使孩子自然地吮吸母亲的乳头，这种方法已在很多医院实施了。

**产后忧郁症**：因为生产引起的激素的激变，导致有的妈妈在产后容易落泪，有的感到心情烦躁，并且也会对今后怎么教育孩子而感到不安，心理一直处于忧郁状态。激素会在产后1-2周恢复到怀孕前的状态，精神上也会开始平静下来。

0-1岁 1-3岁 3-6岁



### 宝事百科

## 哪些胎记可能预示疾病？

有些刚出生的宝宝身上会有特别的记号，俗称“胎记”，外表看就是皮肤色素异常斑，只要不影响容貌，年轻的爸爸妈妈可能就不太注意，不过，从医学角度看，有些胎记却是令人担忧的疾病迹象。有这些胎记的孩子往往伴有神经系统的疾病，比如容易惊厥、存在智力障碍、运动障碍，等等。

**暗红色斑(葡萄酒色斑)**：婴儿刚出生时，这种红斑是桃红色的，随着年龄的增长，它的颜色会越来越深，变成淡紫色。多出现在面部和颈部，且面积比较大，暗红色斑由毛细血管扩张引发，多数会变得越来越大，如果长在眼脸上会增加患青光眼的风险，需要进行治疗。

**咖啡牛奶斑**：它的颜色就像是咖啡里加了牛奶，呈棕褐色。这种胎记多为椭圆形，多出现在躯干、臀部和腿部。它会随着年龄增长而逐渐变大、颜色变深，一般不会带来健康问题。如果同时出现好几个比硬币还大的胎记，很可能与神经纤维瘤有关，要马上咨询医生。

**先天性痣**：约1%的新生儿会长这种痣。它的形状不平整，小的直径为2毫米左右，大的则可侵犯整个背部、颈部或整个肢体。这类痣有可能发展为皮肤癌，如果面积较大就应该进行治疗。

**草莓样血管瘤(毛细血管瘤)**：这种胎记通常出现在脸部、头皮、背部或胸部，多为红色或紫色。草莓样血管瘤通常在出生后数周形成，可能不凸出于皮肤，也可能是稍稍高出皮肤的草莓状柔软肿块，一般对健康没有影响。如果有增大的趋势则应及时治疗。

**海绵状血管瘤**：它就像充满了血的浅蓝色海绵组织。通常出现在头部或颈部的皮下，如果长得比较深，上面覆盖的皮肤看起来就没什么异样，有些在青春前期会消失。如有增大应及时治疗。

**橙红色斑(鲑鱼红斑)**：约1/3新生儿会出现这种胎记。这是一种小的、淡红色的斑块，通常平铺在皮肤上。多出现在后脖颈上、两眼中间、前额以及眼脸上。随着孩子成长，多数会逐渐消失。 郑丹



“红屁屁”，顾名思义就是宝宝的屁股红红的。当宝宝臀部两侧中心处出现两块“胭脂样”的红晕的时候，“红屁屁”就预备在此扎根了，小宝宝会变得爱哭闹，表现不安、烦躁，睡不踏实。

## 多管齐下歼灭红屁屁

### 1号“屁”宝宝

网友：姚姚

**症状**：我的宝宝还在月子里，才十七天，天天都是婆婆在打理他的屁屁。婆婆对于卫生不是太讲究，今天发现他红屁屁了，很严重，都起疹子了，怎么办啊？

### [网友支招]

**白饭鱼**：用屁屁乐，超有用的。我刚出月子，我家小子没用屁屁乐前用了超多的药，茶油也用过，都没用，屁屁乐一用，两天就好了，不过屁屁也要晒晒太阳哦！

**eye1205**：我家宝贝是敏感肤质，皮肤很薄很容易感染，没有出月子就红屁屁了。后天每天给她换十几张尿不湿还是红，去医院看了医生开了鞣酸，回来用了没几天又发了。为此我们勤换尿不湿，谁知道越来越厉害，之后又去了医院，一位老医生看了说已经转为湿疹了。老医生教了个办法，每次为宝宝换尿不湿的时候，洗完屁股后用吹风机把屁股吹干，然后穿尿不湿，这样就不会红屁屁了。红屁屁时越洗越红，一定要用热的风干，什么都不要涂抹，涂抹了东西其实没有什么好的，所有东西都是有刺激的，我们回家试试，真的很有用。

**敏敏**：煮一小锅浓茶，待水温后给宝宝泡洗就好了，严重的把煮过的茶叶捣碎敷在患处就好。立竿见影，见效很快哦！

### 2号“屁”宝宝

网友：nana妞

**症状**：传说中的红屁屁来了，还有点小破皮的样子，好心疼。宝宝倒是不以为意，洗屁屁、擦屁屁都不哭的，我这个当妈的不好受啊！要是我皮肤破了皮沾水了得多痛啊！为了预防红屁屁，我给他用日本花王，每次大便都给他洗干净晾干上屁屁膏的呀！

### [网友支招]

TYQX：鞣酸软膏、屁屁乐等都是有效

素的，最好不要用，去中药房买纯的松花粉（不是松花爽身粉，里面有滑石粉的），每次换尿片时，用水洗干净小屁屁，晾干，扑一点松花粉，再包上纸尿片即可。松花粉很便宜的，十块钱多一点，一包50g能用一个月。

**lzh001212**：我家用麻油，效果很好。每次换好尿布擦点麻油，好像比用鞣酸软膏见效更快。

### 妈妈须知的五条预防措施

#### 经常更换尿布

及时更换已污染的尿布，能让宝宝的小屁屁清爽、干燥。此外，宝宝睡醒后通常会尿尿，仔细观察尿布是否湿了，及时为宝宝换一次尿，便可少洗一次尿布。

#### 让屁股透气

白天尽可能少用尿布，使宝宝多些光屁股的时间，也可在换尿布之际和宝宝玩个小游戏，顺便把宝宝的屁股晾一晾。

#### 勤洗澡

为宝宝洗屁股是一件极为细致的事情，它是臀部护理的重要环节。建议年轻妈妈在宝宝每次小便之后立刻换尿布，大便之后立即用清水冲洗。新生儿室温以24℃—28℃为宜，水温控制在38℃—40℃，重点清洁小屁股及皮肤的褶皱处。清洁干净之后让宝宝的小屁屁晾一会儿，再涂些防疹膏或润肤露等，以防“红屁股”的发生。

#### 别穿得太多

虽然保暖很重要，但也不要让宝宝穿得过多，穿得太多容易使体温过高而出汗。整天包着的，也应选择能保持干爽透气并且容易观察宝宝大小便的。如果是用传统的尿布，也要确定使用前是全干的。

#### 尿裤别包得太紧

不要为防侧漏而使用那些橡皮筋很紧的尿裤，将宝宝的屁股紧紧包裹起来，这样不仅会影响局部的血液循环，也容易引起“红屁股”。

汤妮