



本版主持:点点姐姐

孩子她妈,旨在为新手妈妈提供最贴心的育儿生活小百科。

QQ:81644914
邮箱:kbddzk@163.com

育儿经验坛



儿童湿疹 家长不要轻信偏方



进入秋季,5个月大的聪聪面颊上几乎长满了皮疹,到医院皮肤科检查后诊断为湿疹,涂抹了一些药膏后,症状减轻不少,但停止使用后,湿疹又出现了。这段时间也把聪聪爸妈折磨得够呛,折磨得他们心力交瘁。宝宝脸上有了皮疹后,常常剧痒难忍,但宝宝又不会说,所以又哭又闹,表现得很烦躁。那么,父母应该怎样护理这样的患儿呢?

宝宝过敏,得先找过敏原

专家告诉记者,婴儿多在出生后1~2个月开始出疹,湿疹多长在面颊、颧部、眉间和额头,严重时四肢躯干都会出现。最初为两个面颊发痒和潮红,小儿常常转动头部摩擦或用手抓,很快出现红斑、小米粒样丘疹,熟后变为疱疹,水泡破损后流出黄色液体,变干后形成黄痂皮。

“千万可别小瞧了湿疹,控制不好宝宝长大了就是过敏性疾病患者。”江苏省中医院皮肤科主任医师魏跃刚说。据魏主任介绍,牛奶、鸡蛋、鱼类、小麦等是1岁以内宝宝最常见的过敏食品,但这些食品又同时是宝宝生长不可缺少的营养来源。因此家长们最好去医院查找一下过敏原,然后控制摄入食品的种类。找到过敏原后,医生便会建议一些食品摄入的控制。

婴儿多汗,也容易发生湿疹

预防婴儿湿疹除了要注意饮食结构外,在平时生活方面不能着凉,不能暴晒,换季时不能感冒,吃东西密切观察,有过敏征兆就停掉。在护理上应注意以下几个方面的问题:用温水给宝宝洗脸、洗澡,选用较温和及碱性小的洗涤用品;家长不要用热水和肥皂清洗湿疹部位,以免引起血管扩张,加重炎症渗出。不要过多地包裹婴儿,因为婴儿皮肤处于多汗的潮湿环境中容易发生湿疹。如果患上儿童湿疹,当宝宝出现湿疹后应保持局部干燥,孩子的衣物、被子都要用纯棉制品,一定要清洁;保持宝宝双手的清洁,经常帮宝宝剪指甲。避免搔抓,以免感染,湿疹十分痒,宝宝常会用手抓,抓挠会引起皮肤的细菌感染。

家长不要轻信偏方

魏主任提醒家长,“现在相信偏方的家长很多,尤其是上网查找一些治疗湿疹的方法,有用生理盐水清洗的,有自己买金银花煮水的,有贴土豆片的……因为宝宝的皮肤是很娇嫩的,使用这些方法很容易发生过敏等不良反应,严重的还会造成皮肤损坏,所以建议家长不要轻信偏方。”

湿疹是小儿的多发病,在2岁以内很难根治,并且容易反复发作,但随着孩子逐渐长大,湿疹也会随着孩子自身免疫力不断增加而逐渐消失,到了四五岁左右就会自愈。所以婴儿湿疹的治疗应在皮肤科医生的指导下,家长切不可滥用抗生素,不要随便使用单方、偏方。

快报记者 安莹

晚上给不给孩子洗头?

网友:zblzl

原来宝宝一直晚上洗头,然后擦到半干就睡觉了。这样到底好不好?现在我开始有点犹豫了,怕她以后头疼,可是不洗头就睡觉,又觉得太难受了!

网友支招

figoraul:湿头发睡觉肯定不太好,我一般会给她用吹风机吹吹头发,但又觉得吹风机用多了也不好!

玉米大大:我家就用大毛巾搓干,然后玩一会再睡,听说湿发睡觉容易头疼。

开心雪宝宝:我家这个隔两三天洗一次,吃完饭后洗,洗完后用毛巾擦到七成干,等睡时基本全干了。

点点周刊育儿团建议

晚上睡觉前洗头是不错的选择,但头发还湿湿的就睡觉,时常会引起感冒,而且长时间湿发入睡是引发偏头疼的元凶,所以还是等把头发擦干再睡觉比较好。先用厚浴巾把头发擦得半干,再用吹风机把头发吹干。

宝宝不愿意喝白开水怎么办?

网友:sun110060329

我家宝宝6个月了,自从4个月开始喝果汁以后,就再也不肯喝白开水了。我很着急,不知道对宝宝的发育有没有影响(宝宝是母乳喂养的),我该怎么办啊?

网友支招

Baobei0789:放些果汁或吃牛奶时稀释一下。

秋水飘:让他吃点咸的东西,渴了他就会喝水了。再就是看看他的嘴里是不是有口疮。如果有口疮的话,一喝水就会疼,会导致宝宝不喝水的,这时就该赶紧治疗了。

西西:我的建议是可以给宝宝经常换一下喝水的杯子,让他有一种新鲜感、好奇心!这时的宝宝学东西很快,如果你经常在他面前喝水,也许他就会模仿呢!

点点周刊营养专家团建议

家里不存饮料

既然不想让孩子只喝饮料,那父母首先就要做到不买,也不在家里存放饮料。

在对峙中不能妥协

当孩子吵着非饮料不喝时,父母可能因为担心他水分摄取不足而妥协。除非孩子出现脱水现象(如不爱动、皮肤干燥、嘴唇干裂等),否则家长不必太焦虑。

父母的立场要一致

觉得对的事,就要坚持立场,所以父母必须沟通好,千万不要发生“跟妈妈要不到,跟爸爸要就有”的“漏洞”。

让孩子知道“为什么不”

家长在拒绝孩子的时候,一定要让他们知道为什么不,要帮孩子建立“偶尔喝饮料可以,但平常要喝没有味道的水才正常”的观念和习惯。

身教重于言教

自己喝着可乐却要孩子多喝水,没有说服力,孩子也会觉得不公平。

化被动为主动

想办法让孩子喝水,但要给得自然,不要刻意。比如,在孩子活动的地方准备一瓶水,观察他喝了多少,如果喝得太少再提醒他,但不要强迫;非正餐时间,当孩子渴了或饿了向你东西吃时,请他们先喝水再说。

妙方引诱多喝水

可以在开水中加入柠檬片、苹果片,让水看起来很漂亮,而且有淡淡的水果味,增加孩子喝水的乐趣。

登录www.dsqq.cn,进入点点周刊论坛进行互动,说说你家的育儿烦心事。



婴儿睡姿无外乎仰睡、俯睡和侧睡三种,宝宝一天要睡12个小时以上,所以良好的睡姿不仅关系到宝宝的健康,还会影响到宝宝的头型。新妈妈们可要仔细看看这三种睡姿的优缺点哦!

睡姿花样百出 哪种更安全



仰睡宝宝

头型漂亮程度:★★ 安全指数:★★★

仰睡优点

高安全性。宝宝的口鼻不会被棉被等外物遮掩而导致窒息,安全性较高;减少压迫。不会对宝宝的心、肺、胃肠和膀胱等全身各脏器官造成压迫;便于照顾。父母可以一目了然地看到宝宝的睡眠状态,随时给予呵护。

仰睡缺点

影响头型。长期仰睡,头型容易睡扁;缺少安全感。仰睡时,因为没有任何束缚,宝宝会感觉没有依靠;阻碍呼吸。仰睡使宝宝身心放松,可能会使已经放松的舌根后坠,有阻塞呼吸道的顾虑。

小贴士

如果宝宝感冒鼻塞,仰睡会使呼吸比较费力,引起小呼噜,所以鼻塞时最好不要仰睡。喂奶后,不要马上让宝宝(尤其新生儿)平躺睡觉,可先右侧睡。



俯睡宝宝

头型漂亮程度:★★★★★ 安全指数:★★★

俯睡优点

富有安全感。胎儿在子宫里就是这种姿势,有自我保护意识;减少呕吐。俯睡时,胃溶物不宜留在食道及口中而引起呕吐;身体发育。有利于宝宝进行翻身和爬行的训练。

俯睡缺点

容易窒息。宝宝的头部很大,颈部力量相对不足,在翻转时易被枕头、毛巾堵住,引起窒息,危及生命;不易散热。腹部紧贴床铺,容易引起体温升高,汗液不能及时散发,容易引起湿疹。

小贴士

不要穿前面扣子很突出的衣服,会让宝宝睡得很不舒服。俯睡时,床或枕头不宜太软,否则宝宝口鼻可能陷入而影响呼吸。枕头建议选购能真正透气的俯睡枕。



侧睡宝宝

头型漂亮程度:★★★★★ 安全指数:★★★★★

侧睡优点

避免窒息。万一发生呕吐,右侧卧可使口腔内的呕吐物从嘴角流出,不会流入咽喉,引起呛咳、窒息;停止呼噜。如果宝宝有打鼾的现象,可以试着把他的身体侧过来,小呼噜就可以停止了,呼吸也会更顺畅。

侧睡缺点

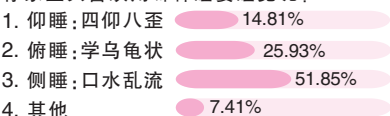
影响耳型。长时间侧卧,会使宝宝的耳部轮廓经常受压,可能导致变形。

小贴士

长时间同一边侧睡也会使孩子头型歪偏,最好每3~4小时翻身一次。左右侧卧时要注意宝宝的耳廓容易变形。

点点话题调查

你家宝贝喜欢用哪种睡姿睡觉呢?



指甲的“表现” 透露宝宝健康信息

正常宝宝的指甲是粉红色的,外观光滑亮泽,坚韧呈弧形,甲半月颜色稍淡,甲廓上没有倒刺。轻轻压住指甲的末端,甲板呈白色,放开后立刻恢复粉红色。一旦宝宝身体有了异常,指甲就会有所反应。

甲半月颜色异常,呈红色或淡红色

出现红色,多是心脏病的征兆;淡红色多是贫血导致,可吃一些宝宝补血口服液,在食谱中增加含铁食物如大豆、牛肉、菠菜、葡萄干等。

甲板出现脊状隆起,变得粗糙、高低不平

多是由于维生素B的缺乏,可在食谱中增加蛋黄、动物肝肾、绿豆和深绿色蔬菜。

甲板出现小的凹窝,质地变薄变脆或增厚粗糙,失去光泽

出现这样的指甲征象很有可能是银屑病的早期表现,最好到正规医院检查并接受治疗。

甲板纵向发生破裂

宝宝也许罹患甲状腺功能低下,脑垂体前叶功能异常等疾病,应及时去医院检查,确诊,治疗。

甲板薄脆,甲尖容易撕裂、分层

常见于扁平苔藓等皮肤病,但更多是由于指甲营养不良引起的。指甲中97%的成分是蛋白质,所以应当适当给宝宝吃些鱼、虾等高蛋白的食物;另外核桃、花生能使指甲坚固,而其他微量元素锌、钾、铁的补充也很重要。

甲板出现横沟

宝宝可能得了热病(如麻疹、肺热、猩红热等),也可能是代谢异常或皮肤病等原因导致,最好去医院确诊一下。

甲根周围长满倒刺

小儿长倒刺多是由于咬指甲或粗糙物体的摩擦造成。出现倒刺不要直接用手拔掉,可用指甲刀剪去。还有一说,长倒刺是由于营养不均衡,缺乏维生素引起皮肤干燥造成的。建议多吃水果,补充维生素;干燥的季节要给宝宝的小手涂上无刺激、含油分的护肤霜。

于轩