



本版主持  
点点姐姐

QQ:1276070186  
邮箱:kbdz@163.com

宝贝不吃饭,爸妈都很着急。宝贝生个病,全家人都很紧张。如果宝宝生了病,想了解哪个儿科专家看得更好,可以给点点姐姐留言咨询,或者登录 baby.dsqq.cn 进入爸妈论坛,让点点爸妈们来参谋一下。

### 大话辅食

#### 冬季 宝宝要吃暖胃餐

进九后,由于天气寒冷,稍不注意宝宝就容易受凉,从而引起胃肠不适。所以,妈妈们要学会利用饮食调养,让宝宝胃口“暖过来”。

材料:米、生姜。

做法:先将米洗净,姜切薄片后放入洗好的米里面,按一般煮饭方式煮即可。

#### 小贴士

经常吃山药或大枣,可以提高宝宝的免疫力。另外炒菜的时候多放些大葱、生姜、大蒜、韭菜、洋葱等温性食物,也能起到祛阴散寒的作用。

为了防止宝宝腹部受凉,妈妈也要随气候的变化,适时为宝宝增加衣服。让宝宝加强体育锻炼,运动有利于改善胃肠道血液循环,增强身体素质,提高对气候变化的适应能力,从而减少宝宝发病的机会。秦姿



### 点妈聊吧

## 晕! 宝宝又“画地图”了

起床后,发现宝宝屁屁下面又是湿漉漉的一摊,妈妈的心情自然好不起来。要给宝宝清理一下,再把湿了的床单、被褥洗了换了,还要哄着宝宝吃早饭,自己赶着时间要上班……唉,宝宝总是屡教不改,都愁死了! 啥时候宝宝才能不尿床呢?

#### [讲述]

铃铃妈:养成定时排便习惯

女儿以前也总爱尿床,弄得屋里味儿特大,小屁屁上也有被尿液浸湿的尿布疹,看得我好心疼! 后来,我在一本育儿书上了解到:宝宝如果养成了按时排大小便的习惯,尿床的机会就会减少,所以,我决定帮助宝宝培养起按时大小便的习惯。

晚上,宝宝醒来的时候,我就抱她起来把尿。第一天晚上,她还不习惯,睡得迷迷糊糊的,任凭我怎样“嘘嘘”地发着声,她总是硬挺着不让我把。可坚持两个晚上以后,她就知道我发出的“嘘嘘”声是在让她尿尿。后来,我再给她把尿的时候,她虽然还眯着眼,但听到“嘘嘘”声,就会尿了。宝宝养成了习惯之后,每天晚上,她都会在固定的时间里醒来让我把一次尿。

乐乐妈:耐心是最好的办法

我家宝宝2岁前,夜里尿尿的次数也比较多。为了不让他尿到床上,我白天给他用尿布,晚上睡觉时再给他穿上纸尿裤。这样,既可以避免他把床垫尿湿,又可以让他小屁股透气。

2岁以后,宝宝尿床的次数明

显减少。我就不再让他穿纸尿裤睡觉了,而是每天晚上睡觉前,比如晚上8点钟,一定要让他尿一次;半夜里,比如凌晨一两点钟,给他把一次尿。这样,宝宝夜里睡觉基本上就不会再尿床了,而且还养成了睡觉前主动排尿的习惯。随着孩子的成长,他的排尿功能成熟了,自然就不会再尿床了。所以,对孩子尿床的事情,我一直都不是很着急,耐心是最好的办法。

小宝妈:摸清晚上排便规律

我家小宝不到1岁的时候,晚上睡觉就不再穿纸尿裤了。我通过摸索她小便的时间规律,按时给她把尿,所以她很少尿床。她一般是在入睡后2个小时左右有尿的,所以我就在这个时间给她把尿,然后把她往床上一放,照样睡得着,丝毫不会影响她睡眠。

还有一个规律:小孩子入睡后大约一两个小时是深睡期,如果不是憋尿或有其他不舒服的地方,她会睡得很沉,几乎一动不动。如果孩子在这个时间里出现翻身动作,就证明有尿。这时马上给孩子把尿,她准会尿。可以把这两个办法结合起来用,很灵的。

#### [支招]

通常宝宝在1岁或1岁半

时,就开始能在夜间控制排尿了,尿床现象会大大减少。但有些宝宝到了2岁甚至2岁半后,还只能在白天控制排尿,晚上仍常常尿床,但这种现象仍然是正常的。随着神经系统发育的不断完善,宝宝的膀胱对排尿的控制会自然形成,不需要特别的指导和训练。大多数宝宝3岁后夜间不再遗尿。而且,多数孩子的尿床现象是可以采取通过采取措施而加以控制的,并随着年龄的增长逐步趋于好转。

如果宝宝尿床了,该怎么办?

父母应该做的事情:要保持冷静,保持耐心;要安慰宝宝,因为这并不是宝宝的错;迅速帮宝宝更换衣服和床单,并且让他尽快入睡;跟往常一样照顾宝宝起床穿衣服,就当没发生尿床一样。

父母不应该做的事情:不要责骂尿床宝宝。尿床以后,宝宝已经够难过的了,他需要的是妈妈温柔的亲吻;不要让湿漉漉的床单伴随宝宝整个晚上,潮湿的床更容易让宝宝产生尿意;半夜宝宝起来小便的时候,如果解不出小便,不要强迫,可以让宝宝继续睡觉;晚上不要频繁叫醒宝宝,这样反而会让宝宝对排尿产生恐惧和抗拒,一般最多一两次。

点点姐姐



677号宝宝 妞妞

#### 预防宝宝尿床的小贴士

1. 养成宝宝睡前排尿的习惯;
2. 白天一定要睡2-3小时午觉;
3. 白天要有意识地引导宝宝进行如厕训练;
4. 被褥要干爽舒适,避免过厚;
5. 内裤要天天清洗;
6. 避免宝宝白天过度疲劳兴奋,以致夜间睡得太熟;
7. 宝宝尿床后不要责备、恐吓,以免造成紧张、恐惧心理;
8. 夜间要根据宝宝的排便规律及时把尿,把尿时要叫醒宝宝;
9. 晚餐吃干食,少喝汤,少吃咸的,晚餐后尽量控制牛奶等液体的摄入量;
10. 在床单下铺一个一面涂有橡胶的垫子,以保证宝宝尿床时就可只需更换床单。



马上登录现代快报网购商城“mall.dsqq.cn”,享受都市家庭平价生活! 凡票券类满200元商品类满99元 南京市内免费送货!(注明免费配送的除外)

## 第二届“年货团购社区行”火热招商

24小时订购热线  
**96060**  
大宗采购更多优惠

### 居家日用

#### 折叠式迷你桑拿房(实惠型)

送藏红花蒸浴剂40袋,足底按摩器一个  
一级蒸汽箱体,四层保温箱体,调节时间,防干烧自动断电保护,环保材料应用无毒无害处,采用独特的折叠设计,免充气使用方便。与480元的桑拿浴箱相比,没有遥控功能,不赠送座椅。

市场价876元 团购价398元

#### 七匹狼自动扣牛皮带礼盒

男人都需要一条好质量好款式的皮带,超低价回馈,赶紧抢!

市场价108元 劲爆价45元

#### 牡丹小金鱼取暖器

小巧美观,发热快,体积小,携带方便,安全可靠,两档自由切换,节能环保。

市场价189元 团购价59元

#### 东芝智能电饭煲4升

智能预约,煮粥方便不外溢! 南京电视购物3升就要399元,现4升价格更低。

市场价728元 劲爆价388元

#### 九阳豆浆机JYDZ-19

专利五谷精磨技术+专利温控熬煮技术  
粉碎更出众,营养更充分,功能更多样,操作更安全。

市场价429元 劲爆价199元

#### 龙马保健按摩足浴盆

凉水自动加热;持续保温;磁疗保健;气泡振动按摩;臭氧消毒杀菌;远红外理疗。

市场价480元 团购价235元

即日起至1月31日,购买即送百药香足浴包一袋

#### 捷赛自动烹饪锅 JSM-08A

推荐度:★★★★★

能自动做三百道菜,做出的菜不比厨师差。保证不糊锅、不溢锅,没有油烟,模拟名厨自动收汁做菜,自动煲汤,自动做面条米饭。只要旋转一下按钮,剩余的事由它来干。

市场价480元 劲爆价388元

#### 索客散热笔记本电脑桌

送40元充电防爆暖袋一个

大面板的镂空设计,让本本在高温下均匀散热。在床上用笔记本电脑可以坐着、躺着。

55×35×36cm  
市场价180元 团购价98元

#### 康乐温暖佳暖袋系列

促销惊喜:  
买十片送同规格两片!

粘贴型,3.3元 迷你粘贴型,2.5元  
暖手型,3元 迷你暖手型,2元  
暖脚型,3元 经期护理热敷,7元

#### 兴达贝妮养麦明目护颈枕

颜色:白 规格:48×74cm

依照人体工学原理设计,可支撑颈部、头部,使颈部、肩部得到最佳呵护。采用天然绿色植物养麦壳填充,整粒养麦壳加以特殊工艺精心制作。

市场价95元 团购价55元

#### 至能 F4 手机

GSM双卡双待/支持存储卡/GPS/2.4英寸/触摸屏/64和弦/蓝牙/摄像/MP3

市场价460元 团购价400元

#### 超级逗逗——24英寸双语宝贝

超级逗逗升级版,可以中英文对话哦!

仿真皮肤,鼻子感应功能,会眨眼,最厉害的就是可以中英文对话,会唱歌讲故事等,是小朋友的启蒙伙伴!

市场价680元 团购价298元

现购买雅芳任意产品满68元就送雅芳净颜保湿面膜一对(价值12元),数量有限,送完为止。

#### 雅芳新活再生霜(第四代上市啦)

送价值235元新活再生限量礼盒

(内含新活再生洁面露60ml+活肤水60ml+第四代再生霜15g)

09年12月新品 劲爆产品,限量抢购

市场价210元 劲爆价160元

雅芳多效滋养霜(50g) 14元

雅芳滋蕴高效润肤霜(100g) 19元

雅芳新活再生眼露(12ml) 82元

雅芳小黑裙香体乳(150ml) 28元

倩碧黄油润肤露(125ml) 325元

#### 团购新年献礼

#### 正宗临安野生核桃系列

1. 产地直供,团购中心直接向厂家下单,对原料及生产进行全面监督。
2. 山核桃全部产自临安,白露时节采摘,颗颗新鲜百分百新货。
3. 价格实惠,性价比高,实惠力度无可争议。

美国碧根果500克

市场价55元 团购价39元

野生山核桃仁200克

市场价47.5元 团购价33.5元

原粒野生山核桃500克

市场价52.5元 团购价37.5元

临安手剥野生山核桃500克

市场价58.5元 团购价41.5元

#### 真空保鲜糯玉米系列

产地:山东

保质期:12个月

净含量:≥250g

原材料:乳熟期鲜嫩玉米

食用方法:水煮或启封后微波加热,微波大火转3分钟即可食用,微波前请务必将外层包装去掉。

真空保鲜黄玉米/白玉米/红玉米 团购价:140元/箱40根

真空保鲜彩玉米 150元/箱40根

真空保鲜黑玉米 160元/箱40根

#### 正宗新疆和田大枣

3斤精品装,新货上市,开团抢购中

品质:5星,推荐产品

民间俗称无核枣,产自新疆和田地区,其特点是核特别小,有的真的没核,特别甜,口感极佳!

市场价210元 劲爆价180元

#### 新疆喀什特级薄皮核桃

3斤精装,整果仁,味香甜,富油脂

近期新货 保质18个月

叶城县薄皮核桃闻名全国,强身健体,补脑养颜,延年益寿。

市场价130元 团购价105元

#### 聚仙庄杨梅原汁(600ml/6瓶)

聚仙庄杨梅原汁是以新鲜成熟杨梅为原料,100%鲜榨,保留了杨梅所独有的风味和营养成分,绝不含有任何添加剂,酸甜开胃,是原汁、原色、原味的高档次保鲜果汁饮品。

市场价168元 劲爆价128元

#### 秦邦吉品草鸡蛋A套餐

72元买80枚草鸡蛋

秦邦吉品草鸡蛋B套餐

45元买50枚草鸡蛋

保证草鸡蛋为三天前新生蛋!

选择客服中心自取,买一箱赠送2枚草鸡蛋,买两箱赠送5枚草鸡蛋!

团购商品在法律允许的范围一切解释权归都市圈网所有 都市圈网客服中心:新街口正洪街18号东宇大厦一楼 电话:025-84783554 84783555 网上购物请登录 mall.dsqq.cn

现代快报公益交友服务平台 报名方式: 1. 拨打电话96060(24小时) 2. 新街口正洪街18号东宇大厦27楼(9:00-18:00)