

宝贝护肤

新生儿胎脂 不要轻易擦掉

刚生下来的新生儿皮肤上有一层白色油腻的东西,有的部位多一些,有的部位少一些,这是娘肚里带出来的脂肪,医学上称为“胎脂”。胎脂在白白胖胖的孩子身上,虽然看起来不舒服,可是对新生儿有许多好处,不能轻易把它擦掉。

胎儿身上一层薄薄的胎脂是保护胎儿皮肤不受羊水浸润的,如果没有这一层胎脂,胎儿的皮肤早已溃烂不堪了。有了它出生后仍能起到保护皮肤的作用。

出生后环境的温度较低,身体的热量要向四周散发,使体温降低。这一层胎脂有减少身体热量的散发,维持体温的恒定作用。这一层薄薄的胎脂一般在生后1-2天内会自己吸收,所以不必去擦胎脂。对于耳后、颈部、腋下、肘部、大腿根部等皱褶处堆积的胎脂可用消毒石蜡油擦洗,家中可用消毒的脱脂棉蘸些熟植物油轻轻擦洗。这样可以减少胎脂分解物对皮肤的刺激。



NH493号 陈语珊

洗澡“有错”

宝宝频繁洗澡 导致皮肤问题增多

专家提醒,宝宝洗澡过于频繁可能会导致湿疹和皮疹等皮肤问题。

英国一项对两千名家长的调查发现,现在的婴儿出现皮肤问题的几率是他们父辈的两倍。儿童护理专家称,宝宝每周的洗澡次数应控制在两至三次,但由于父母生怕宝宝染上细菌,因此忽视了这个建议。英国《妈咪宝贝》杂志的此项调查发现,60%的宝宝每天都洗澡,20%的宝宝隔一天洗一次,仅有19%的宝宝是按照专家建议,每周洗两至三次。此外,60%的妈妈用消毒巾给宝宝擦脸擦手,有的一天甚至要擦五次以上。

专家说,婴儿皮肤的厚度仅是成人的五分之一,需要十分温和的呵护。宝宝到了开始会爬的阶段才会容易变成小脏孩。专家还表示:“除非宝宝存在免疫缺陷,否则我们真的没有必要过于认真。”

巧妈推介

自制止咳糖浆

mama888er

最近我家毛毛咳嗽得很厉害,吃药都没有用。医生建议挂水,但是毛毛哭喊着就是不让人碰。后来听我婶婶说用川贝、冰糖和梨加水就可以煮了。先用大火烧开,再转小火煮45分钟,非常简单哦!我们也只能死马当活马医,喝了不到2天真的见效了啊,现在我家毛毛还在喝呢,真的很管用!



NH442号 王家辉

新妈心得

我在育儿中的那些尴尬事

晋级爸爸妈妈之前,相信很多小家庭已经做了不少准备工作,甚至都会信心满满地认为自己能胜任合格的父母。可是,真的和日思夜想的小伙伴见了面,手忙脚乱和不知所措绝对是新手爸妈的常态。来分享一下Amy妈妈的经验和心得吧!

□Amy 宝贝

在Amy还没有出生前,我看很多的育儿书籍,也经常向有了孩子的朋友取经,我以为自己已经做好了准备迎接宝宝的到来,可是,当和宝贝见面的那一瞬间,这一切都乱了套,也就有了这些尴尬事……

尴尬1 相信所有人和事

在Amy出生的最初几个星期,我恨不得能从所有身边人那里寻找建议,可千万不要那样做。因为,来自不同的人往往有着不同的意见,而这些意见可能互相矛盾,比如朋友告诉我宝宝要和妈妈一起睡,但育儿书上却极力反对。都说宝宝吮吸小手指是没有问题的,但儿科医生却说给她安抚奶嘴,甚至不同的专家给出的育儿建议都不同。究竟该听谁的?

解决方法:自己的宝贝自己最了解。相信自己可以做得很好,我们的直觉就是最好的向导,如果听从每个人的意见的话,那么我们就失去了创造生活的乐趣和原则,要明白,宝贝可是你自己的哦。

尴尬2 宝宝是生活的唯一

Amy出生后,每当把她抱在怀里,就感觉她就是我生活的全部,常常会忽略孩子她爸,后来细想,我们从无忧无虑的二人世界到宝宝的到来,其实是对婚姻最大的挑战,如果我们常把孩子放到第一而

忽略对方,那么对方难免会“吃醋”。

解决方法:适时给对方更多的关注。每周让自己有一个晚上空闲出来作为两个人的约会日。我们可以谈谈宝宝,也可以聊其他的事情。要互相关注对方,并且成为习惯,就对婚姻很有帮助。

尴尬3 新手爸爸是局外人

有时在Amy哭闹时,看都孩她爸笨手笨脚的,我一急就会对他不断地责备和命令。其实我们都一样,育儿都需要一个学习过程,所以不要把新手爸爸排除在育儿之外。

解决方法:共同学习,共同进步。两个人一起学习做父母,双方都会觉得更轻松,也能互相学习,掌握更多技巧。

尴尬4 遇事就紧张

Amy出生15天的时候,呼吸特别的重,像感冒似的,吓得我一身冷汗,赶紧给老公打电话,老公也急啊,最后还是妞妞的二奶奶过来,看了看鼻子,取出了脏物,好了,虚惊了一场。

解决方法:放轻松。其实我们不用太担心,宝宝没有我们想象的那么脆弱。

尴尬5 和别的宝宝比

我有一个不好的习惯,每

当碰到有小孩的朋友就会询问他家宝宝睡整夜的觉吗?会笑吗等等,然后暗地里会拿自家宝宝与别人比,总希望自己的小宝贝比别人强。

解决方法:每个宝宝的发育是不同的,都有自己的规律。我们需要用一种平常的心态和放松的心情来对待宝宝的发展。

尴尬6 为宝宝花太多的钱

所有人都会告诉新手爸妈,宝宝会改变新手爸妈的生活。但是没有人告诉新手爸妈,宝宝会让新手爸妈的钱袋日渐干瘪,新手爸妈恨不得为宝宝倾其所有,而且无怨无悔。

解决方法:合理计划适度开支。列一个表格会减少新手爸妈的超额开支。找有经验的父母和新手爸妈一起买东西,他们会告诉新手爸妈什么是真正有用的,新手爸妈也可以少上当。

尴尬7 把自己放在最后

有了宝宝后,感觉时间总是不够用,一天都在围着Amy转,自己的事情总是拖在后面,自从当了家庭主妇后,就感觉自己已经脱离了社会似的,有了宝宝也要适度关爱自己,给自己一点空间和时间。

解决方法:在Amy熟睡的时候,可以上上网,看一会电视或书,找个朋友电话聊天,这会让自己辛苦劳累了一天的你放松放松。

育儿账单

家有小宝 花钱如洪水

熬啊熬,伴着欢声笑语和睡眠不足,粗妈终于把小粗带到了半年。

半年的时间,说长不长,说短不短。以前感觉时光过得飞快,有了小粗,时光过得“飞慢”;以前自以为精力过剩,有了小粗,精力完全倒退;以前花钱如流水,有了小粗,花钱更是如洪水。

粗妈算了下小粗同学一个月大概要花费的清单,果然貌似不多,实则惊人。平常小打小闹买东西,加在一起也是笔大数目。仅以目前小粗完全吃母乳的情况,每月花费也超过1000大洋。

纸尿裤(2片/晚)	120元
纸尿裤(5片/日)	150元
优可新、DHA	66元
湿巾、一次性乳垫	50元
游泳(26次计算)	416元
辅食(米粉、磨牙饼、水果)	100元
土鸡蛋(1个/天)	30元
鲫鱼(1条/2天)	60元
衣裤鞋袜、玩具	150元
其他(喝水奶瓶、小勺)	100元
早教(20元/次)	60元

以上粗略估计,也是1302元/月的消费,还不包括有时自费打疫苗。而实际上,粗妈每个月没有掏出这么多钱,外婆经常“大义凛然”地给小粗买尿布尿裤、衣裤鞋袜和玩具,奶奶也负责了小粗的土鸡蛋。这在很大程度上为小粗的后续经费节约了一笔。

吃鱼当心

宝宝鱼刺卡喉 咽饭团喝醋全不对

鱼肉,非常有营养价值,也是幼儿常吃的食物,但是喂小儿子鱼肉有一个潜在危险,就是鱼刺清不干净,孩子吃下去的时候卡在咽喉,造成危险。日前,阿萃才1岁的女儿就发生了卡鱼刺的事件,让阿萃一家乱了手脚,最后去医院让医生将鱼刺夹出来。儿科医生建议家长,小儿卡到鱼刺一定要镇定,最好立刻送到医院。



咽饭团和喝醋是误区

儿科医生说,小儿卡鱼刺,有些家长会采取让孩子吞咽饭团和喝醋的方式来处理,但是这两种处理方法是错误的。咽饭团或吞馒头,目的是将鱼刺随食物带入食管,但饭团、馒头的吞咽反会将露在外面的鱼刺推入组织的深部,增加发现及取出的难度。

再说喝醋来“软化鱼刺”,即使把鱼刺放在醋内,也不是马上就可以软化的,相反醋的酸度可以刺激并灼伤食管的黏膜,使受伤的部位扩大和加深;如果幼儿喝醋时不慎呛入气管,则可造成声带化学性灼伤、气管水肿,发生呼吸困难。因此两种方法都是不可取的。



如无法取出要立刻送医院

一般小孩卡鱼刺,家长会尝试自己处理。儿科医生说,家长要帮助孩子解决问题,首先要镇定。然后在光线明亮的条件下,让宝宝尽量张大嘴巴,找来手电筒照亮宝宝的咽喉部,如果能够看到鱼刺且所处位置较容易触到,父母可以用小镊子,最好用酒精棉擦拭干净,直接夹出。

往外夹的时候父母要配合完成,一人固定宝宝的头部并用手电筒照

明,另一人负责夹出鱼刺。如果根本看不到宝宝咽喉中有鱼刺,但宝宝出现吞咽困难及疼痛,或是能看到鱼刺,但位置较深不易夹出的,一定要尽快带宝宝去医院请大夫处理。

鱼刺夹出后的两三天内也要注意观察,如宝宝还有咽喉痛,进食不正常或流口水等表现,一定要带宝宝到正规医院的耳鼻喉科做检查,看是否有残留异物。



NH476号 周显含