

请登录现代快报
点点周刊官网 http://www.xici.net/nai.n.asp?url=/b1207585/, 韶韶你的养娃烦恼,传授你的育儿经验。新手爸妈,伴随宝贝共同成长。

请加入点点周刊母婴交流群
1群(1-3岁):83574874
2群(1-3岁):81644914
3群新手爸妈:100029141

家有奶爸

老公放暑假带女儿带得忧郁了!

□紫布林

老公是大学老师,最近放假了,除了晚上写论文,就是全天候伺候女儿了(女儿2岁半)。其他还好,因为从女儿生下来基本就是老公伺候,我只负责女儿的营养和饮食。天热了,最让人头疼的问题出现了——不肯吃饭,一天不如一天。特别是晚上这顿,从半碗面到小半碗,到吃两口,再到不吃。前天下的虾仁青菜南瓜面,不吃,做的寿司吃了一个。昨天下的排骨海带面,不吃。米饭加菜不吃。肯德基的蛋挞吃了两个心子,皮不吃,还是边看电视边吃的。说天热吧,开了空调也不吃。天天晚上回家就看到这一幕,老公端着碗围着女儿哄啊,骗啊,看到我回来满脸的哀怨。他说自己要得忧郁症了,要被女儿逼疯了,我也是,每天一想到第二天她吃什么就有心理阴影,想尽办法买各种东西给她吃,每天回去带个玩具,前天买的芭比娃娃,昨天买的泡泡枪,老想巴结她,只求能好好吃饭。如果不吃就端走,她一定会三更半夜爬起来让他爸爸冲奶,不给冲就一直不睡,一直喊“我要吃奶……”

该怎么办啊?妈妈们,这个天你们给宝宝吃什么呀?

mmhere 羡慕啊,有这么好的老公,还肯喂孩子吃饭,半夜冲奶……我家的这个还没这样都抑郁了!要是让他做这些,估计早疯了!夏天孩子食欲是不太好,弄点清淡的。孩子不饿就不要硬喂,我家的也二岁半了,自己会说饿了饱了!

fang567 天热孩子不肯吃饭是正常的,我家吃饭本来也不发愁的,现在也很发愁了。我也不急,但是怎么都没用,只好她不吃就饿一顿,下顿就会好很多了。

meijunye 吃清淡点的蔬菜,荤菜偶尔吃吃。

可贵的妈 大人到夏天也有没有胃口的時候,你给宝宝吃点山楂不会好点,开胃的,但注意大小,不要卡着了。

你家宝宝有周末狂躁症吗?

□keshancw

我家小乖周一到周五,白天晚上睡觉都比较有规律,就是周六周日比较混乱。尤其是周末上午都不好好睡觉,被我诊断为周末狂躁症,病因是:她爸爸在家。直接后果:害得我想跟老公共同娱乐一下都不容易,比如一起看看个电影啊什么的,通常是还没坐下10分钟,她又醒了,常常是我弄好她了,都累得不想再看了。

今天我还跟老公说,难怪说女儿是老公的前世情人。你的前世情人见不得我俩好好玩玩,变着法地折磨我!

丹丹和鹏鹏 嘿嘿,偶家老公周末才回来一次,每次回来女儿睡觉的时间也会被打破,经常是我们累得都吃不消了她还特有精神。

远离“空调病”
轻松也简单

本期专家 毛春婷 博士
南京市儿童医院儿保科副主任医师

盛夏热浪来袭,将会一浪高过一浪!小宝宝的度夏问题让很多爸妈纠结——开空调怕患上“空调病”,不开空调宝贝热得浑身起痱子,用风扇又怕吹出啥毛病。其实专家说,带孩子心态放松一点,远离空调病也会变得轻松简单。



931号蒋嘉迅

专家释疑

空调病的具体表现

很多家长以为宝贝患空调病的主要症状是感冒,毛春婷表示宝贝患空调病未必就一定会导致感冒,而其最初表现出的可能是宝贝食欲变差,并出现呕吐、腹泻、闭汗等特点。这正是由于骤冷骤热的环境导致宝贝自身排汗功能紊乱失调所致。

骤冷骤热最易致病

毛春婷医生告诉记者,小宝贝虽然自身也有温度调节机制,但是远没有大人健全成熟。如果宝贝久待凉爽的空调房,毛孔自然处于全收缩状态,突然来到闷热的房间,毛孔不能及时打开,就容易生病。反之,久待温度较高的地方,突然进入空调房,张开的毛孔不能及时闭合,也会生病。但是也没有必要将空调“敬而远之”,闷热难耐的梅雨季节,适当打开空调并合理地进行调控,对宝贝的睡眠是大有好处的。

轻轻松松远离空调病

宝贝远离空调病其实并不难。毛春婷建议,宝贝先进入房

间后再打空调,要出去时应先关掉空调,等室温接近常温后再出去。宝贝一定要避免频繁地进出,当然也不要长久呆在空调房里。其次空调房的温度控制也要适当,建议控制在26℃~28℃之间,并且要保证每天6次以上的换气,因为空调房间一般比较密封,室内空气混浊,细菌含量就会增加,二氧化碳等有害气体浓度增高,空气质量恶化,而且空调的过滤器过多吸附空气中的阴离子,使室内的阳离子增多。阴阳离子正常比例的失调会造成人体生理紊乱,导致不适,所以一定要保证空气流通。此外在空调房间里呆久了,常常会口干舌燥,这是因为身体中的水分被冷气蒸发,而空调没有调节湿度的能力。宝宝的皮肤水分调节能力远不如成年人,所以要给宝宝多喝水,同时要人为适当增加室内的湿度,这一点在冬季显得尤为重要。此外应该格外提醒家长的是,2岁以下的宝贝也不建议吹风扇。

宝贝因突然受凉引发发热感冒,“憋住汗”了。一个有效的方法是让宝宝出汗。多给宝宝喝水,最好是白开水和淡盐水,能帮助宝宝出汗。

快报记者 吕珂 通讯员 庞芳

妈妈交流

宝宝六个月睡觉空调打多少度?

□bb520mm

南京高温来了,现在晚上睡觉都开空调睡,温度都打26℃,但因为宝宝才6个月,怕对他呼吸道不好,请问JM们,你们带宝宝睡觉晚上空调都打多少度呀?

幸福小馆

我家打27℃-28℃。

提个醒——关于空调!

□belindareading

最近天热了,晚上空调开得比较多。但是一直奇怪,每天都是晚上9点睡觉的时候开,到12点就关了,而且用的是睡眠模式,怎么每天半夜宝宝都咳嗽,早上宝一起来也咳嗽,过一段时间就好了?

昨天去超市买了瓶空调清洗剂,回家把两台壁挂空调的过滤网、机盖、叶子板都拆下来了,我滴个天,我差点晕倒了,空调内部全是黑灰和霉点!我

晶晶亮JJJ

一开始打26℃,先让房间凉快下来,然后再看情况打个27℃-28℃吧。但是不管多少摄氏度都要给小盖肚子,如果铺凉席的话,最好下面垫个毛巾被什么的。

猪囡囡

26℃有点冷。27-28℃最好。

zjbingyang

28℃,最小风力,盖小被子,睡得香得很。

£篮球小子£

偶家是保持室温26~27℃,根据空调打多少度貌似不准。

先用湿抹布擦了三盆水啊,都是黑黄黑黄的!还有好多絮状物!刷过滤网的时候也是,那个脏啊!后来再用清洗剂喷了,喷了再擦,擦了再喷……折腾了快40分钟搞好了,晚上宝睡觉就没有咳嗽了,早上也没有!给大家提个醒,看看自己家空调。

天空下着沙 我家每季用之前都要把滤网刷一下,其他的还真没拆下来洗过~

小锦囊 自己可以拆下来吗?我都没拆过!

点妈陈词

其实就算有了空调,最好的办法是尽可能利用自然风降低室内温度。不过也不能一味地追求“自然”,而令宝贝时刺身处“水深火热”的煎熬。记者在采访中就发现实际上由于过度使用空调而导致宝贝生病的并不多,反而是刻意避免用空调而导致宝贝生痱子的却有一箩筐。在现实中妈妈们摸索出的经验和专家的提醒不谋而合,晚上睡觉前,将空调温度定在26℃~28℃左右,定时2~3小时,给宝宝盖层薄毯子。1~2小时后,宝贝进入深度睡眠,大人再把空调换成通风,并适当开窗透气,就是采用所谓的“微风循环”,就能让宝宝睡个安稳觉。



妈咪博客

和导乐师“同居”的日子

据说疼痛的级数有12级,1级是被蚊子叮咬的痛感,12级则是女人生孩子的痛感,连打针都会晕针的我能承受得住12级的疼痛吗?到底是剖还是顺呢?剖虽然不会痛,但是会在光滑的腹部留下难看的“蜈蚣”;顺产,虽然对宝宝比较好,可是那顶级的疼痛,想想我就头皮发麻……

嘿嘿,多亏了我神通广大的老公,通过多方查询比较,带着他心爱的老婆我来到了世纪现代妇产医院,理由是这里有从美国引进的导乐分娩,导乐师全都是有着10年以上妇产科工作经验的专家哦!生孩子有她们全程陪伴和指导,那还有啥好怕的呢?当然吸引我的还有可以减轻疼痛的拉梅兹呼吸法啦……我二话不说就拍板定下了一间VIP单人间,二十多年来从没这么果断过啊!

预产期前两天我就住进了世纪现代妇产医院,和我的导乐师李广琴主任闲聊甚欢。



1508号:赵若熙
昵称:豆豆
生日:2010年3月10日
特点:怕热、小懒猫、钢琴手

晚上我执意要把老公赶出去,请导乐师来与我一起住,理由是我肚子有些痛,老公只好无奈地睡在了走廊。呵呵,和导乐师安然“同居”了两个夜晚,直到第三天早上,我才有生产的迹象,在导乐师的耐心指导下,进入产房的时候我没有像姐姐那样害怕得痛哭流涕,潇洒地说了声:“老公等我和宝宝”,就英雄一样地进产房了。调整控制呼吸、转移

疼痛、按摩子宫、哈气运动,在导乐师的指导下,我有条不紊地进行着生宝宝的功课,而导乐师则不断地向我汇报着成绩:头出来了、小胳膊真壮实、皮肤真白,哎呀,是个漂亮的女儿哎!

短短一个小时我就从产房胜利转移了,而且哪里有像传说中的那么痛苦嘛,关键是要找到行之有效的办法哦!姐妹们,咱们生孩子不怕啦!

母婴专列

松花粉、玉米粉和爽身粉哪种好啊?

□影子小恶魔

我同事说松花粉用一两个夏天,宝宝的胳膊窝不会生小疙瘩。但是,不是说松花粉的颗粒大吗,宝宝搽得不舒服。玉米粉我没有研究过,爽身粉我只用过婴姿坊和强生的,强生的明显没有婴姿坊的细腻。妈妈们指导我一下子吧~

幸福团子

婴姿坊和强生的我也用过,婴姿坊的好些,强生的味太大,呛人。昨天买了2袋玉米粉,还没用。

xiaoying2929

我们家宝宝用的是和光堂的爽身粉,是植物做的,用后感觉不错。推荐使用。

junichi

好孩子的爽身粉就是木薯淀粉的,可以用。其他的爽身粉成分是滑石粉,吸入有害,所以不要用。而且说实话,我家宝用了几个月,到去年夏天就没用了,不要穿太多,勤洗澡,出了汗就擦干不会生什么疙瘩的。

猫猫会潜水

松花粉,之前买的婴姿坊的,NUK的全部扔了,红屁屁我家只要弄点松花粉就好了。