



QQ群: 100029141
微博互动: http://t.sina.com.cn/kbddzk
邮箱: kbddzk@163.com



A35

“我不吃饭 你关我禁闭吧！”

妈妈每天为女儿吃饭问题烦得焦头烂额 专家说了饮食有节适量运动还得补点锌

□hanqiuping

我每天都为女儿的吃饭问题烦得焦头烂额,几乎每到晚上吃饭时间整幢楼就听见我们家的叫骂声。以前还注意教育方法,要么鼓励一下,要么就哄一哄谈谈条件。不管怎么样,反正吃饭没一个多小时是甭想吃完。她像个神仙似的,成天都不喊饿。

也有那么几次我们就让她饿着,我们也不喊她吃,她倒好,连续两三天晚上不吃也一样过了。也不知从何时起,我们就开始失去耐心了,既然那些方法都不管用那我们就开始来暴力一点的:恐吓、打手心、罚站等等。能想到的都使出来了,可是没效果。

这天,夏叔叔爸爸出差了,我把女儿的外公也关到小房间不许她出来(他会护夏璐)。我让她正面对着我坐好,开始艰难的战斗,不过很快她就原形毕露了,开始手脚不停地找东西玩。饭包在嘴里就是不咽下去,我由鼓励到哄到吓到打都无济于事。我看着她那调皮样气就不打一出来。我把她拎到房间里说,不吃饭就要关禁闭,说完啪地一声把门关上了。随后就听到里面传来撕心裂肺的哭声,我也正在气头上呢,顾不了那么多了,直到听到她说我吃饭了才开门让她出来。可是,好景不长,没几分钟,她又皮得不行了,我用非常严厉的眼光看着她问“你吃不吃饭?”她用那哭红的眼睛看着我:“妈妈,我不吃饭,你关我禁闭吧。”

一年多过去了(女儿现在4周多了),女儿吃饭问题几乎没什么改善。大家遇到这事该怎么处理呢?

坚强的雪在烧

同样头痛中,每天一口饭在嘴里含半天,用果汁哄,果汁都喝下去半杯了,饭还在嘴里!你家上幼儿园了吧,不是说在幼儿园吃不饱,回家会拼命吃吗?

hanqiuping

在幼儿园都二年了,没有任何改善,老师说我家女儿在班里吃饭是最差的一个了!很无奈呀!

什么都爱吃的八哥

看到这帖一定要跟,因为我家的也是哎,医院去过好几家,挂号费就花掉好几百,结果还是一样。现在一看到别人家的孩子吃饭那个香啊,我就要崩溃!到底该怎么办呢?随他去?但是明显他比同龄的孩子要矮要瘦啊!

涛涛江中水

我家的也曾经是,打过骂过,也无济于事。反而会加大他吃饭的压力,6岁以后大了自然就好了。

爱偷菜的妙妈

同样的,没办法对付,打过、骂过、吓过、哄过~可在她身上起不了任何作用,每天看见奶奶把菜端上桌子她就去洗手,洗完就不停地吃菜,饭放在那就像不是给她的一样,不过有点欣慰的是除了饭她什么都吃。

海紫苑0916

我也是痛苦不堪,看到别人家的宝宝吃饭又快又多那叫一个羡慕!什么方法都试过了通通不管用,现在上幼儿园还是老样子,老师也和我反映是班上吃得最慢最少最差的一个。我现在是不太想管了,愿吃就吃不吃拉倒了,零食是不太供应的,其实对于爱吃的菜他倒是吃得不少,但饭放在那像是没他什么事似的,我真是痛苦死了!



468号梅子瑶



专家对策

No.1饮食有节+适量运动

南京市儿童医院消化科副主任医师 刘志峰

预防儿童厌食,首先要饮食有节,合理喂养。对于大一些的孩子,在饮食方面,主张多吃清淡、容易消化的食品,比如:绿豆百合米仁汤等,如果能够坚持夏季吃上两个月,可以减少其他疾病。在菜肴上也以清淡为主,如:冬瓜小排汤、盐水虾、清蒸鱼、蒸蛋等,这些食品营养丰富,饮食、烹调清洁又不容易生病。在出汗时,也不要吃太多冷饮,可以适当吃些粗粮,如:玉米、麦片和小米粥。小儿肠胃柔弱,不宜食生硬油炸类食物,不可过饱。特别是夏天,冰饮食品易损伤胃黏膜血管,使消化功能下降,所以也不能多食,并且要少吃零食。一般情况下,孩子能正常饮食就不要额外添加保健品。对于平时消化能力差的孩子可以经常给予按摩腹部,帮助消化。其次,需要适量运动。按照年龄来增加活动量、选择不同的运动方式,

幼儿可以选择户外活动,使气血畅通,保持食欲、身体健康。

No.2调理胃肠+特别补锌

南京市儿童医院消化科副主任医师 金玉

金玉介绍说,医学上将这种较长时间的食欲减退或消失,影响儿童生长发育的情况称为厌食。而在夏季发生的厌食,俗称疳夏,主要是因为夏季气温高、湿度过高,摄入过多的冷食,使宝宝胃部血管收缩,影响消化酶的分泌。另外,夏天汗多,体内的锌从汗液排出增多,也会引起夏季的厌食。夏季厌食症在处理上首先要纠正不良的饮食习惯,如不要吃冰箱里拿出来的饮料,糖果也要少吃。采用中西医调理胃肠,补充微量元素,特别是锌。在膳食中要常吃含锌比较多的食物,如猪肝、肉类、鱼等含锌高、好吸收的食物。宝宝在夏季一定要正常用餐,不能用饮料、水果来替代。

快报记者 吕珂
通讯员 于露露 庞芳

妈咪博客

超时尚分娩,产后迷人风采依旧

□楼台镜水

都说女人昏了头才会结婚,如果说嫁人是一种赌,那么我赢了,老公沉稳中不乏情趣,温和里时有幽默;如果说生宝宝也是一种赌,那么我也赢了,产后的我,身材依旧姣好,全然不像闺蜜所说的“生个娃老十岁”。当然这一切,都是我那体贴的老公带来的。

怀孕那会,我也对生宝宝感到恐怖,差点就抑郁了。看到电视上女人生宝宝时被宫缩折磨得死去活来,我的汗毛都竖起来了,曾一度纠结于剖还是顺?最后多亏了老公打听到南京世纪现代妇产医院拥有一种国际上先进的无痛分娩技术,采用硬膜外止痛法,可以大大缩短产程,降低产妇的痛苦。起初我还在怀疑,可到南京世纪现代妇产医院实地考察后,我彻底放心了。因为我见到了久仰大名的李广琴主任,听说李主任经验丰富,技术绝对过硬。咱没生过,怎么也得要找个专家壮壮胆啊,于是当即决定,就是这儿了。

见红的当天,我就住进了医院的VIP休养房,有独立的会客厅和厨房,像住在五星级宾馆一样。生产的过程,期待又有些许的紧张,随着一声嘹亮的啼哭,我家芊莹宝贝来了……

在医院“小住”了几天,李主任为我量身定制了一整套的产后康复计划,以促进盆底肌的收缩、生殖器官的复旧等等。就这样,没过多长时间,我就恢复到了产前的状态,和大肚脯彻底拜拜了,皮肤甚至比之前还水灵。不知道的人还以为我是学生妹呢,走在大街上居然还有帅哥小伙和我搭讪,看来偶的回头率依旧不减当年啊,哈哈……晓芊萱现在满周岁了,可爱又漂亮,我想我是幸福的,体贴的老公,健康的宝宝,对女人来说,此生足矣。



1513号:刘奥溪
生日:2009年8月8日
妈妈祝福:愿宝宝健康快乐成长,比韩国MM还漂亮。



点点诊室

问诊路径: http://www.xici.net/d115635872.htm
本期专家团队:南京市儿童医院

宝宝晨咳一年了,咋回事?

1.恋恋俊儿 第135楼

我家妞妞8个半月了,晚上睡觉喜欢抓自己耳朵,都抓得鲜血淋漓的,边哭边抓,不让她抓她就大哭大闹,我经常给她剪指甲,有时候睡觉也给她戴小手套,但是都不管用。不知道有什么办法能让宝宝不要抓耳朵啊,太烦恼了~

像这么大的宝宝一天应该吃多少奶比较正常啊?妞妞基本是吃配方奶的,6个月以后开始吃辅食,奶奶每天都会弄菜稀饭给她吃,睡前一般是吃奶,但她从原来的180ml,到现在都吃不下了。我看好多地方都说1岁以前宝宝都应该以奶为主,不知道有没有标准?

南京市儿童医院儿童保健科

毛春婷副主任医师答:宝宝睡觉喜欢抓耳朵,首先要仔细检查下,有没有湿疹、痱子、病毒感染、耳内分泌物外流等情况,看看耳朵里是否有耳屎,另外还要排除因过热引起的,如宝宝头发太长,被褥盖得太厚等,平时应注意皮肤护理,出现异常情况应及时到医院就诊。1岁以内的宝宝还是以喝奶为主,8个半月的宝宝,正常奶量在700ml-900ml,具体视宝宝体重而定,一般700ml就可以了,宝宝能喝的话,也可以多喝一点。

2.文宁屹 第136楼

宝贝3岁2个月,男。下面四颗牙齿有洞(蛀牙),前段时间其中一颗牙齿疼,去医院做了治疗。医生本来说是做根管的,由于宝宝不怎么配合,就没做,只简单做了补牙。现在已不疼。现在还有三颗牙有洞,但还不疼,还需要治疗吗?还是等到牙疼了再治?

南京市儿童医院口腔科李静

副主任医师答:如果宝宝能配合的话,最好及时治疗,因为蛀牙进一步发展后,还是需要做根管治疗的。

3.白云悬碧空1 第139楼

宝宝三周岁,男孩,每天早晨起床后都会咳嗽一小时左右,之后一整天都没事。吃药什么的都没有什么明显的效果,已经快一年的时间了,有时咳嗽有痰,有时没痰,就是干咳,请问这是什么原因?

南京市儿童医院呼吸科梁慧副主任医师答:不知道家长给宝宝用了哪些药,像宝宝这种情况应该不是很严重,有可能是鼻炎、鼻窦炎、慢性咽炎等引起的,建议到医院五官科就诊。

通讯员 李承益 庞芳
快报记者 吕珂



热点反馈

选择牛初乳 认准大品牌

前段时间,因圣元引起的性激素事件搞得爸爸妈妈们人心惶惶,也有一些相关报道说,很多的食物都含有性激素,要忌服含有性激素的营养品、保健品,像蜂王浆、花粉、蚕蛹、鸡胚(南京俗称活珠子)、动物初乳等。现在很多家长都有给宝宝添加牛初乳,那么牛初乳里有激素吗?

按照2005年12月中国乳制品工业协会发布的《生鲜牛初乳》和《牛初乳粉》行业标准,牛初乳是指“从正常饲养的、无传染病和乳房炎的健康母牛分娩后72小时内所挤出的乳汁”,这是我国首次针对牛初乳产品制定技术规范,也是目前最权威的牛初乳定义。母牛分娩3天后分泌的乳汁就是普通的牛奶了。

牛初乳到底含不含激素,专家解释说,牛初乳中含有促进宝宝生长发育的生长因子,是宝宝生长发育必不可少的元素。而可能导致宝宝出现性早熟症状的性激素(脂溶性),在牛初乳生产过程中通过脱脂及过滤等程序就已经被去除了。所以妈妈们在购买时认准一些大品牌,注意奶源地。尽量选择高品质的口碑佳的国家产出的牛初乳,比如新西兰是世界上最大的牛初乳原料出口国,奶源比较优质、纯净。最好选择那些能够出具“不含三聚氰胺”及“不含性激素”的权威检测报告厂家。

生命阳光在2008年“三聚氰胺”事件中,以过硬的质量经受住了考验,每一批的牛初乳,国家的抽检、自检均不含三聚氰胺,获得众多妈妈的信赖。而家长们所担心的“性激素”问题,生命阳光旗下的牛初乳系列产品,在生产的过程中早已去除。经过国家权威机构的检测,均不含任何对宝宝不利的性激素。

家长们可以在生命阳光的官方网站(www.sunlife.com.cn)查到不含性激素的权威机构检验报告。



妈妈求医

女儿鼻炎越来越严重 有好的医生推荐下吧

□MOWENYAN

天气热每天空调都是一夜开到天亮,女儿每天早上一觉醒来就打喷嚏流鼻涕,先开始以为她是感冒了,但是没到中午就好了,后来我才知道是鼻炎,我自己就是过敏性鼻炎,没想到遗传给小家伙了。这两天半夜就鼻塞了,老是哼哼唧唧的,我让她用嘴巴呼吸,小家伙哭着说难受,我已经被闹得几晚没好好睡觉了。昨天早晨起来头痛得要命,到单位吃了止痛片才压下去,到了夜里小家伙又开始磨人,心里窝火,骂了她,事后想想真的很后悔。我知道鼻炎很难受,不但没有安慰她,还骂她。这两天我想带她到医院看一下,但不知道治疗这方面的效果好的医院和医生,有知道的帮忙推荐一下,谢谢啦!

秋天的柚子

省中耳鼻喉科的陈小宁。

版丽

儿童医院耳鼻喉科小宁,每周四门诊。

鱼行千里

省人民医院耳鼻喉(或过敏专科,这个科病人相对少点)程雷,我家的今年夏天鼻子也不行,要去呢。耐心等待奇迹出现!