



QQ3群: 100029141
飞信群: 9633446
邮箱: kbddzk@163.com



门诊情报

南京的春季往往多风少雨,春燥过后,便秘就成为困扰人们的春季疾病之一。成年人尚且如此,胃肾功能未发育完全的婴幼儿宝宝更是频繁中招。最近,南京市妇幼保健院儿保所小儿推拿门诊前排起了长队,不少家长选择了这种不吃药不打针的方式,让宝宝舒舒服服解决便秘问题。

春燥宝宝便便难 试试推拿理疗

喂养太精细 也是宝宝便秘的原因

据该院儿保所童梅玲所长介绍,小儿推拿主要是根据婴幼儿宝宝形体、生理和病理特点,用推、拿、按、揉、摩、掐和捏的中医手法在宝宝特定的穴位施行,可以达到减少或不用药来缩短病程的绿色治疗方法。治疗范围比较广泛,对6岁以下的小儿消化道和呼吸道疾病均有助益,对斜颈、肌力和肌张力异常等也有不错的效果,除此之外还能起到提高宝宝免疫力,促进生长,健脑益智的作用。

“除了季节原因,喂养过于精细也是宝宝便秘的主要原因。如果任由发展只会影响到孩子

的精神、食欲、生长发育和生活质量,长期便秘的话甚至可能引发肠道、肛周疾病。”该院小儿推拿治疗室的苏恺医师介绍,推拿治疗小儿便秘以清热通便、健脾和胃为准则,运用清大肠、退六腑、摩腹、推下七节骨、揉龟尾的手法,15~20分钟为一个理疗全程,通过穴位-经络-脏腑的联动,来达到治病强身的目的。

3岁以下宝宝 推拿治疗效果最好

据该院儿保所专家介绍,小儿推拿的对象一般是0~6岁的幼儿,特别是3岁以下的婴幼儿效果最佳。一般而言,小儿推拿的手法讲究要比大人复杂得多,主要是要控制好力度!一般大人

需要拥有一定的力度才会有好的效果,因为大人的皮肤、肌肉、脏腑早已经成熟,相对也比较厚实、强壮些,所以稍微用力才能有作用。而小儿的皮肤经络发育还没健全,脏腑娇嫩,全身都很娇弱,不小心或按摩手法不对很容易伤到小宝宝。所以小儿的推拿动作要轻柔,并且适当缓慢,关节处不可随便乱拉、抖、摇、扳。

记者还了解到,一般的常见疾病例如感冒、咳嗽、发烧、斜颈、消化不良、腹泻、便秘、食欲不振、尿频、夜惊、生长发育迟缓、肌力和肌张力异常等,都可以采取推拿的手法进行治疗,并且很见效果,对一些对打针吃药深感恐惧的宝宝来说,是很好的治疗方式。除此之外

小儿推拿还有益智、助长、增强免疫的功能。

用些润肤露 避免按摩时损伤皮肤

现在很多书店均有小儿推拿的相关书籍出售,不少家长会购买学习,但治病推拿穴位均根据疾病的不同症状而有所变化,专家建议家长平时可给宝宝做些强健身体的推拿,但出现疾病症状时最好去医院就诊,让专业医师进行理疗。除此之外,按摩前可用些润肤露避免宝宝娇嫩的皮肤受到损伤。按摩时,手法也要尽量轻柔,并且剪短指甲,否则可能划伤宝宝皮肤。

通讯员 钱莹 快报记者 吕珂

微问答

@南京市儿童医院

Q:宝宝晕车,可以吃晕车药吗?

A:这类药对神经系统的发育有一定影响,千万不能给孩子服用!在乘车过程中用力按压大拇指和食指中间的虎口穴,有助于缓解宝宝晕车症状。晕车主要跟孩子的前庭功能过于敏感有关,平时可加强孩子的前庭功能训练,如荡秋千、抱着孩子原地慢慢旋转或经常乘坐电梯等。

@南京市儿童医院

Q:新生儿黄疸会影响智力吗?

A:一般来说,生理性黄疸不会影响小儿智力;病理性黄疸也并非全部对小儿智力有影响。只有当患儿血中胆红素浓度超过340μmol/L,病变为核黄疸或胆红素脑病时,如治疗不及时才会引发严重后果,部分患儿会产生智力障碍、脑性瘫痪等后遗症。

@南京市儿童医院

Q:小儿高热怎么办?

A:1.首先在安排饮食时总热量不能低于身体所需热量的70%;2.食物要软、易消化、清淡,如米汤、稀粥、乳制品、豆制品、蔬菜、面条等;3.发热是一种消耗性疾病,因此还应给小儿补充含高蛋白的食物,但要少荤少油;4.也可吃少量水果,饮水、饮食都要少量多次,切不可暴饮暴食。

微观点

@南京市儿童医院 宝宝的鼻子

不要随便捏,因为幼儿的鼻腔黏膜娇嫩、血管丰富,常捏孩子的鼻子,会损伤黏膜和血管,降低鼻腔防御功能,从而容易被细菌、病毒侵犯,导致疾病的发生。另外,幼儿的耳咽管较粗、短、直,位置也比成人低,乱捏鼻子还会使鼻腔中的分泌物通过耳咽管进入中耳,引起中耳炎。

@南京市妇幼保健院 #常吃三种食物可以防止宝宝近视#

1.硬质食物:咀嚼力可增加面部肌肉包括眼肌的力量,使之具有调节晶状体的强大能力,常见有胡萝卜、水果、甘蓝、动物骨、豆类等;2.含钙物质:常见有牛奶、豆制品、鱼虾、动物骨等;3.含铬食物:常见有谷物、肉类、乳酪及蛋黄等;这些食物可以帮助眼睛保持发育平衡。

@南京市妇幼保健院 #孕妇忌吃的食物#

1.多吃羊肝——有损胎气;2.多吃羊肉——生孩多病;3.多吃鸭肉——生孩多疮;4.多吃雀巢——孩生雀斑;5.多吃螃蟹——极易流产;6.多吃黄鳝——生孩哑巴;7.如吃酒类——生孩弱智;8.如吃香烟——生孩痴呆;9.如吃驴肉——生孩难产。

@南京市儿童医院 初生婴儿从

外界获得的影响具有决定性的意义,特别是刚刚诞生时的学习,表现出即刻似的现象。孩子出生2个月左右,听力已经比较敏感,眼睛也能看到东西了。如果这时就给他看电视,婴儿的头脑里就会刻上电视的印象。电视里强烈的声响和多彩的画面,会给孩子深刻的印象,会剥夺他接受其他信息的能力。

@南京市儿童医院 婴儿如果

常看电视,只是单方面地接受电视语言,没有说话的机会,会使语言会话功能发展迟缓。婴儿大脑因电视而产生的这种“即刻效应”,大约发生在他刚一出生到2岁左右的这段时间里。给2岁的小儿每天看5~6个小时的电视,毫无疑问地会使他有上述倾向。

微发布

@南京市儿童医院 #四招培养婴幼儿吃饭兴趣# 首先,家长别喂太快或太多。喂完食物后,家长应让孩子休息一下。其次,别在宝宝面前品评食物。另外,适当的食物代换也能避免宝宝产生厌食情绪。最后,妈妈要有足够耐心和创意。哪怕换种烹调方式或者把食物摆成一个可爱的造型,宝宝便会对吃饭有兴趣了。

@南京市儿童医院 #春笋吃太多,影响孩子钙吸收# ①富含蛋白质、糖类、钙等营养物质,有“素食之王”的美称,是春天最好的“体内垃圾清除器”,可治疗便秘;②低糖、低脂,可治疗高血压、高血脂等症;③促进消化、增强食欲;④脂肪、淀粉很少,天然低热量,有人称“吃一餐笋要刮三天油”;⑤含较多草酸,影响钙吸收,儿童不宜多食。

老话重提

一边远离过敏原 一边享受大好春光

指导专家:南京市儿童医院 梁慧

春季是各种过敏性疾病的高发期,家长不仅要帮助有过敏史的儿童避免接触过敏原,同时还要注意增强孩子的体质,保持健康的生活方式,不要让孩子将大好春光“浪费”在家里。

过敏表现各不相同

过敏性皮肤病包括日光性皮炎、花粉症、虫咬皮炎、荨麻疹等,分别由日光、紫外线、花粉、昆虫叮咬、废气等因素激发而引起。日光性皮炎主要表现为脱屑、瘙痒、干痒等症状,或者有红斑、丘疹、鳞屑等;而花粉症主要表现为面部、手部等暴露部位出现红肿、瘙痒;荨麻疹表现为皮肤突然发痒,继之出现大小不等的风团块,苍白或发红,可迅

速蔓延至全身。

过敏性鼻炎是由花粉、灰尘、尘螨或小动物的毛发等引起,全年均可发生。主要表现包括结膜红、痒、流泪、灼热感、分泌物较少且是水样的。

过敏性鼻炎很容易和感冒相混淆,鼻塞、鼻痒、连续打喷嚏、流清鼻涕,都像是感冒症状。其实,这都是鼻腔黏膜表面发生过敏反应。

过敏性哮喘主要与花粉、尘螨、病菌、气候等有关。春天由于气候反常,人体抵抗力低,容易感冒,病毒、细菌、支原体等病原更容易作为过敏原被吸入而直接诱发哮喘。

吃得不当也会过敏

除此以外,不少人在日常生活中还会对某种食物过敏。有人进食过敏的食物后,会立即出现皮肤发痒、风疹块或发热、头晕、恶心呕吐,甚至呼吸困难。有人

会出现酒醉样表现或腹痛腹泻等胃肠炎症状。有人在进食日光敏感物质的食物后,再经日光照射,便会发生日光性皮炎。还有人连续吃了大量的鲜荔枝后会出现头晕、面色苍白、出冷汗、心慌、乏力等症状。所以,当进食后出现不适症状,别自己轻易判断食物中毒等,因为很可能是食物过敏。

多种测试揪出过敏原

过敏体质是先天的,所幸随着年龄增长,免疫系统的逐渐成熟,大部分人的过敏症状会有改善。留意自己可能对什么东西过敏,就可以避免过敏的发生。不过普通人通常难以找到自己的过敏原,需要请专业医生帮忙寻找。其中包括过敏原皮试、血清学过敏原检测、支气管激发或舒张试验、鼻腔或眼睛的激发试验等。

通讯员 钱昆 快报记者 吕珂

专家指点

娃娃牙齿矫正要分阶段择良机

指导专家:南京市口腔医院 口腔科 徐疾

到儿童医院咨询为孩子矫正牙齿的家长最集中的问题就是什么时候开始矫正最合适。医生表示,对牙齿矫正来说,抓住好的时机可以事半功倍。

1.乳牙期

平均来讲6岁之前为乳牙期。这一时期如出现前牙反咬,即通常所说的“地包天”,需要到口腔科检查,4~5岁戴用活动矫治器纠正前牙

反颌一般效果较好。另外,乳牙期还需要及时破除孩子的口腔不良习惯。

2.替牙期

通常为6~12岁。此阶段早期可能会出现上门牙之间有缝、下前牙轻度拥挤等现象,不需矫正,随生长发育大多可以自行纠正。但若出现“地包天”以及严重的骨性错颌畸形,应积极治疗。对于下颌前突、上颌后缩畸形,最佳治疗时间为8~10岁。对于下颌后缩,最佳治疗时间则为11岁左右。

3.恒牙期

12~14岁是各种单纯牙齿排列不齐患者最佳的矫治时期,这时牙齿畸形的诊断比较明确,在此快速生长期内矫正,速度快而且矫正效果稳定。但此期控制和改良骨骼异常生长的最佳时期已经过去。

因此,“地包天”和其他骨骼异常发育造成的牙颌畸形应在生长发育高峰内尽早矫治,家长若对此没有把握,应及时带孩子去口腔科检查咨询。

通讯员 庞芳 快报记者 吕珂



177201 陈烁彦



177201 陈烁彦