



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



专家指点

指导专家:马耿 主任医师 南京市儿童医院泌尿外科

天气越来越热,宝宝的健康清洁护理就变得尤为重要。平时爸爸妈妈给孩子洗澡基本上是每天必做的功课,但宝宝们私处的卫生却往往容易被家长们忽略。南京市儿童医院泌尿外科马耿主任医师提醒,宝宝私处卫生对宝宝的健康非常重要,不容忽视。那么在生活中家长们该怎么为男宝宝和女宝宝做好私处的清洁卫生呢?

# 男女宝宝洗澡 “细节处理”很重要

## 男孩私处的清洁方法:

第1步:宝宝大便后首先要将肛门周围擦干净。先把柔软的小毛巾用温水蘸湿,擦干净肛门周围的脏东西。第2步:如果发现宝宝的阴茎被粪便污染,可以先用清水冲洗。如果仍然存有污物,可用手把阴茎扶直,轻轻擦拭根部和里面容易藏污纳垢的地方,但不要用力。可以把小毛巾叠成小方块,然后用折叠的边缘横着擦拭。第3步:阴囊表皮的褶皱里也是很容易积聚污垢的,妈妈可以用手指轻轻地将被褶皱展开后擦拭,等小鸡鸡完全晾干后再换上干净、透气的尿布。

马耿提醒,宝宝3岁前不必刻意清洗包皮,因为这时宝宝的包皮和龟头还长在一起,过早地翻动柔嫩的包皮会伤害宝宝的生殖器。当看到包皮逐渐与龟头分离时,可以隔几天清洗一次,但要在宝宝情绪稳定的时候。清洗时,妈妈用右手的拇指和食指轻轻捏着阴茎的中段,朝孩子腹壁方向轻柔地向后推包皮,让龟头和冠状沟完全露出来,再轻轻地用温水清洗。洗后要注意把包皮回复原位。

## 女孩私处的清洁方法:

第1步:大便后用湿毛巾从前向后擦掉脏东西。也可以先用装人

温水的容器或茶壶从前向后冲洗,这样脏东西就容易被洗掉。第2步:待局部自然干燥后,再换上新的干燥尿布。不要想尽办法用湿毛巾等东西将小阴唇周围的脏东西擦掉。特别是白色分泌物是一层非常好的保护膜。如果将这些保护膜擦去,特别容易造成局部黏膜污染,并不利于预防尿路感染。有些家长将毛巾叠成细长条,然后在小阴唇的沟里滑动擦拭,这不是推荐的方法。第3步:大腿根部的夹缝里也很容易粘有污垢,妈妈可以将夹缝拨开,轻轻擦拭,等小屁股完全晾干后再穿上尿布。

如果平时不注意宝宝的私处卫生,就会给宝宝的健康带来隐患。平时家长们给宝宝接小便用的痰盂或者尿布的颜色最好是白色,如果是其它颜色或颜色太杂,不利于直接观察宝宝尿液的颜色,家长就可以通过宝宝尿液的情况进行观察。或者如果宝宝做了尿液检查,上面标为“-”时,表明尿液正常;如果上面出现“WBC + + - + + +”和“亚硝酸盐+”字样,多提示宝宝的泌尿系统受到感染。如果发现孩子出现泌尿道感染的症状,父母应在24小时内带孩子去医院就诊。如有必要,遵医嘱服用合适的抗菌药物。

通讯员 钱昆 快报记者 吕珂

## 微健康

@南京市儿童医院 #中医推荐11个治疗咳嗽小偏方#1、白糖拌鸡蛋治疗咳嗽;2、木耳蒸鸭蛋;3、核桃、芝麻、生姜粉治疗咳嗽;4、梨汁炖冬菇治疗咳嗽;5、吃生姜片也止咳;6、煮萝卜水可治疗咳嗽;7、南瓜藤汁止咳;8、杏仁治疗咳嗽;9、搽风油精止咳平喘;10、罗汉果泡水治疗咳嗽;11、冰糖蒸白果。

@南京市儿童医院 #安全使用宝枕的几组数字#长度:与宝宝两肩的宽度相等或稍宽。宽度:比宝宝的头部宽度稍宽。高度:三四个月的宝宝,枕头高约1厘米;6个月以后的宝宝,约3~4厘米;儿童约为6~9厘米。每周晒一次;枕芯一般不宜清洗,所以要定期晾晒。每年换一次;每年更换一次枕芯,确保宝宝使用安全健康。

@南京市妇幼保健院 #小儿暑热食谱#1. 麦冬粥——将麦冬洗净,放在砂锅内,加水上火煎出汁,取汁待用。锅内加水,烧沸,加入洗过的粳米煮粥,煮至半熟,加入麦冬汁和冰糖,再煮开成粥,即可。

2. 荷叶冬瓜汤——取嫩荷叶1张剪碎,鲜冬瓜500克切成薄片。加水1公斤煮汤,汤成后去荷叶加食盐少许即可。

@南京市妇幼保健院 #宝宝被宠物弄伤应对措施#1. 轻微咬伤,皮肤未破——用清水冲,肥皂洗净。有异常,去医院。2. 咬破一般皮肤——肥皂水冲,酒精擦拭、消毒,去医院。3. 耳朵被咬——检查耳朵周围牵连伤。宝宝斜侧把耳朵内宠物唾液控出。4. 咬掉手指——忌水冲洗,把伤口扩大,勿包扎,勿上药。保留咬下手指,立即送医院。

@江苏省妇幼保健中心 #孩子烫伤、烧伤该咋办#要迅速将孩子受伤的部位放到凉水中,这样可以起到冷却作用,能够减轻伤处的肿胀程度。然后将伤口附近的衣服脱掉或剪开。如果衣服和伤口粘在了一起,不要动它,去医院让医生处理。如果伤口面积很大,就要用干净的保鲜膜或布把伤口盖起来,马上把孩子送去送医院。

@中大医院妇产科 孩子夜间磨牙可能是正在建立正常咬合关系的一种活动,属于正常现象。因为在这期间上下牙刚刚萌出,通过磨牙,可磨去相互接触时不合适的部分,使得上下牙形成良好的咬合接触。随着正常咬合关系的形成,夜磨牙的现象会自然消失而无需处理。当然也有病理性原因。

@中大医院妇产科 妈妈给宝宝挑选护肤品需注意三要素,1、看成分:配方不含矿物油、二恶烷、滑石粉等,要源于天然;2、闻香味:香味越淡对宝宝的鼻黏膜刺激越小,不含人工合成香精更安全;3、辨颜色:膏体不要红红绿绿,以免色素危害健康。

@中大医院妇产科 Q:水泡饭吃得快? A:这种做法会导致宝宝将未经充分咀嚼的食物囫圇吞下,由于食物没有与口腔唾液充分搅拌和初步消化,直接进入胃内,由此增加了胃的工作负担,长此以往势必影响孩子的身体健康。最好在饭前先给宝宝喝一点味道鲜美的汤,这样可刺激胃消化液的分泌,为消化正餐食物做好准备。



1857号 吴昱彤

## 呵护牙齿

### 不同年龄段 宝宝护牙重点也不同

#### ◎ 1岁——确认乳齿状态

最好在刚开始长牙齿的时候就去口腔医院,最晚也要在长白齿的第18个月前接受检查。确认乳齿生长是否正常,并且从专家、医生那里获得管理乳齿的要领以防虫牙。

婴幼儿期需要注意的一点是喂母乳的习惯。很多时候婴儿会叼着妈妈的乳头或者奶瓶睡着,这种方式是引发虫牙的罪魁祸首。婴儿开始长牙时就应该同步进行刷牙。如果孩子太小无法刷牙,可以用干净的纱布蘸温水擦拭牙床和牙齿。

#### ◎ 2岁——培养刷牙习惯

2岁后牙齿管理重点在于培养孩子正确的吃零食习惯和刷牙习惯。每天睡觉前还要刷牙,这样细菌才不会破坏牙齿。2~3岁的孩子不大会刷牙,所以妈妈要细心地帮助孩子。如果孩子不愿意妈妈给自己刷,那就两个人一起站到镜子前,让孩子学着妈妈仔细刷一遍。

#### ◎ 3岁——牙齿全面检查

孩子在3岁左右,乳牙长齐,最好到对牙齿状况做一次全面的检查,看看牙齿、颌骨的发育状况。

#### ◎ 6~7岁——用氟包被和密封剂预防虫牙

婴幼儿期只通过刷牙就可以预防虫牙,但是牙缝中间和臼齿的凹槽中的食物残渣,通过刷牙是很难去除干净的。所以在恒齿快要长出来的时候,可以去口腔医院给孩子做氟包被和密封剂保护。虽然这种措施不能百分之百预防虫牙,但是确实会降低虫牙发生的概率。

#### ◎ 7岁——矫正牙齿

孩子7岁时,有必要确认是否需要矫正牙齿。首先要确认门牙是否歪斜,牙齿长得是否平整,如果需要矫正,最好跟医师请教什么时候矫正比较好。如果孩子遇到咀嚼困难或者下颌向前突出,就要确认是否是错位咬合,如果是,就要去医院接受矫正。

39健康网

## 实践经验

### 婴儿出生24小时就能抚触



护理人员正在利用模型教一位新手爸爸做婴儿抚触操 通讯员 陈步伟 摄

婴儿抚触作为一种崭新的育儿理念,正受到越来越多年轻父母的欢迎。专家提醒,给新生儿的抚触越早越好,一般在婴儿出生后24小时左右,就可以开展第一次抚触。

婴儿出生后,如果能得到父母充满爱意的触摸,皮肤内分布无数神经末梢就会感到兴奋,使宝宝紧张的情绪得到放松,从而深深地感受到幸福和安宁。

“给新生儿的抚触越早越好,一般在婴儿出生后24小时左右,就可以开展第一次抚触。”江苏省人民医院河西分院、江苏省妇幼保

健中心产科康馨病房护士长俞蓉介绍,抚触能给婴儿的脑细胞和神经系统以适宜的刺激,促进其神经系统的发育;抚触能刺激婴儿的淋巴系统,增强其抵抗力;抚触还能增进家人和宝宝之间的交流,良好的亲子关系令宝宝倍感爱意和关怀。据悉,江苏省人民医院河西分院、江苏省妇幼保健中心每天安排专业护理人员为新生儿做抚触操,让家长现场学习护理婴儿的技能,并传授家长新生儿呛奶急救、婴儿沐浴、脐部护理、臀部护理等一系列护婴知识。

通讯员 陈步伟 快报记者 吕珂

## 点点诊室

问诊路径: <http://www.xici.net/#d115635872.4.htm>  
本期专家:江苏省妇幼保健院儿童保健科胡幼芳主任医师

### DDST建议给娃娃查一下

#### 1.sportscat 第215楼

问:带小孩去社区医院做1周岁的体检,被告知要做DDST筛查,并说每年必须要做一次DDST的筛查,请问是不是有这个必要,或者有这样的规定一定要做这个检查?

答:DDST是一种发育筛查,通过检查可以早期发现一些发育上有问题的宝宝以及对一些有高危因素的宝宝进行发育监测,同时还可以为健康宝宝提

供发育指导。建议可以做一下。

#### 2.redsea001 第217楼

丫丫现在13个月了,会走路了,可是有只脚有点向里撇,不知道这种现象是否需要去医院看看呢,家里没有内八字,都非常正常的,有人说孩子长大点就会好的,不知道是不是这样呢?还有,我家丫丫看巧虎,激动的时候有时会时不时摇头晃脑的,摇头的次数多了,我也

有点担心,这是不是缺钙的症状呢,主要丫丫好长时间没有吃鱼肝油了,怕是跟钙有关。

答:可能刚会走路,姿势不太规范,有时会有内八字,建议你最好带宝宝到医院儿保门诊检查确诊,如果只是看巧虎的时候才会摇头晃脑,不一定是缺钙引起的。建议平时多户外活动,多晒太阳,也可以在医生指导下口服维生素AD。 通讯员 陈步伟 快报记者 吕珂