

新生儿为什么老是夜间啼哭

2

健康养生



柴小妹 著
浙江大学出版社友情提供

【内容简介】

本书作者柴小妹是医学博士,现就职于广东省中医院。从医十余年来,柴小妹对小孩肠胃、感冒、五官、皮肤等常见疾病的诊治积累了丰富的临床经验。本书所辑,是作者多年精心收集的最古老、最齐全、最安全巧治小孩小病的经典老偏方。

【上期回顾】

小儿湿疹俗称奶癣、湿毒,多发于两岁内的婴幼儿,是一种原因复杂的过敏性皮肤炎症。虽说随着小孩长大,一般会自行消失,很少复发,可生湿疹的时候,有一个最大的症状,就是奇痒难忍,小孩非常受罪。

小孩皮炎红屁股,涂点山茶油就好

症状:尿布疹

很老很老的老偏方:先用温水清洗小孩的屁股,擦干后,用山茶油涂抹患处,每天3~4次,一般三四天可痊愈。另外,涂油后可用电吹风吹患处几分钟,温度在20℃~30℃,距离在30~50厘米,可加快局部血液循环。

前几个月,李女士刚出生不久的女儿,屁股突然红起来了,集中在平时包尿布的位置。她给孩子拍了几天爽身粉,孩子的病情反而更严重了,除了臀部外,在外阴、会阴、下腹部及大腿根部内侧处,都出现了小丘疹,她急忙带着孩子来找我。

我告诉李女士,这其实是小孩常见的“红屁股”,在医学上叫做尿布疹或尿布皮炎。宝宝的皮肤娇嫩,角质层发育差,受到尿液或大便的刺激,很容易就出现尿布疹,所以,一定要勤给孩子换尿布。孩子出现尿布疹,最好别用一般的爽身粉,因为大多数爽身粉里含有滑石粉,会刺激皮肤。

对付尿布疹,民间就有很多方法,简便有效,而且很少有副作用。我建议李女士,给孩子涂点山茶油试试。首先,用温水清洗孩子的屁股,擦干后,用山茶油涂抹患处,每天3~4次,一般用三四天即可痊愈。

尿布疹发生的主要原因,是由于大小便使孩子的臀部皮肤变得过于潮湿,破坏了皮肤表面的一层天然酸性保护膜,使角质层受磨损而发炎。山茶油能有效阻隔皮肤的水分蒸发,具有护肤、润肤的作用。外

涂后形成一层保护膜。但最好的办法,是平时注意保持小屁股的干燥,不要长时间包裹尿布,尤其是宝宝尿布上已经有小大便的时候。

山茶油从茶油树的种子中提取而得,是最典型的单一不饱和油脂,具有清热化湿、消炎止痛的作用,主治烧灼烫伤。相传朱元璋受伤时就曾用山茶油外涂,没几天伤口就愈合了,红肿渐消。后来山茶油被封为“御膳用油”,历代医家也对山茶油有过深入研究。著名医家李时珍在《本草纲目》中就记载:“山茶油性偏凉,凉血止血,清热解毒。”

现代研究发现,山茶油对常见的微生物具有很好的抑制效果,且其抑菌能力几乎不受pH值影响,热稳定性高,能有效防止皮肤感染,所含的茶皂素则具有抗渗、消炎、镇痛等作用;山茶油还含有维生素E和抗氧化成分,能提供人体肌肤所需的营养,增强细胞的抗氧化作用,有利于糜烂面的修复。另外,山茶油的成分与人体皮肤成分极其类似,相容性好,很少有刺激性和过敏反应。

我嘱咐李女士,小孩每次便后要冲洗屁股,擦干后涂上薄薄的山茶油(涂得太厚容易堵塞毛孔),不要马上换上新尿布,让宝宝的小屁股多透透气。穿尿裤前要擦干皮肤,可先在阳光下晒晒,或用电吹风吹几分钟,温度约20℃~30℃,距离约30~50厘米。这样可促进局部血液循环,加快局部皮肤水分蒸发,保持局部皮肤干燥,加快炎症好转。如果小孩红屁股严重,需停用一段时间尿布。李女士回去后,按我的方法护理孩子,几天后,小孩的尿布疹就消退了。

宝宝整夜哭闹好心烦,五倍子膏让全家都睡安稳

症状:小孩受惊夜间哭闹

很老很老的老偏方:五倍子1.5克,研成细末,用老陈醋调成膏状,外敷脐中,用胶布固定,贴10~12小时。每日换药一次,连敷3天见效。

小孩晚上哭闹,是许多新妈妈最头疼的。尤其是还在上班的妈妈,白天累了一天,晚上还不能休息。我表妹的孩子,从四个月大时就有夜啼的毛病,白天还好好的,到了夜晚经常突然惊醒,哭闹一两个小时,表妹简直烦透了,换尿布、喂奶、安抚……可几乎没一个管用,最厉害的时候,一直哭到天亮,声音都变了。

表妹打电话向我诉苦,我提醒她,小孩夜间哭闹,不单单是睡前过饱过饥、被褥太厚、尿布湿了等生理因素引起的,它还可能是某种疾病的表现,如急性中耳炎、软骨病等,一定要带孩子去医院检查一下。表妹听了我的劝告,去医院做了一系列检查,没查出什么疾病,唇舌都没有异常变化,也不缺钙,这是怎么回事呢?

中医认为,小孩夜间哭闹一般是中焦虚寒、心经积热、恐惧、惊吓所致,寒则痛而啼,热则烦而啼,惊则神不安而啼。根据表妹的描述,我想这个孩子应该是受惊夜啼,于是我建议她试一个小偏方:取五倍子1.5克,研成细末,用老陈醋调成膏状外敷在肚脐中心的神阙穴,再用胶布固定,贴10~12小时。每日换药一次,连敷3天可见效。

小孩夜间哭闹是一种常见病,临床上因热扰心神而烦躁哭闹的孩

子最为多见,但也有不少是因为突受惊恐而引起的。现代医学认为,惊吓是由于小孩神经系统发育不完善,对外界的变化,特别是声音的变化不能做出正常反应而引起。中医则认为小孩脏腑娇嫩,形气未充,心气虚,胆气弱,肾气亏,易受外界干扰,有时看到什么可怕的东西、听到什么异常声响,或受到其他外来刺激,都可能会引起小孩惊恐而气机逆乱、神志不安。

对于夜惊啼哭的孩子,治疗时需镇定安神。上方中的五倍子敛肺益肾、止泻固脱,归肺、大肠、肾经,一般用来治肺虚久咳、自汗盗汗和拉肚子的比较多,但它还可以治小儿夜啼,这个功效在《本草纲目》中有记载。神阙穴又名脐中,是人体经络总枢,古人有“脐为五脏六腑之本”“元气归脏之根”的说法。肚脐是最怕着凉的地方,作为腹壁的最后闭合处,它的屏障功能较差,但正因为它是腹壁最薄的地方,在这个部位敷药有利于药物的渗透吸收,药效可以直达病所。这个方法见效快,无副作用,特别适合年龄小的孩子,临床上年龄越小的孩子治疗效果愈明显。五倍子敷肚脐,除了对小孩夜间哭闹有效,对小孩遗尿和小便盗汗也有一定的效果,如果家里的孩子有这个毛病,也可以一试。

表妹按我的方法给孩子敷药,果然,敷了三天,孩子夜间哭闹的时间明显缩短了,第四天晚上,孩子不再容易惊醒,安安稳稳地睡着了。表妹问我要不要继续给孩子敷药,我对她说可以不用再敷了,夜间啼哭是新生儿最常见的现象,随着年龄的增长会好转的,不用太担心。



傅国涌 著
浙江人民出版社友情提供

【内容简介】

有人说他是“文坛侠圣”,有人称他为香港“良知的灯塔”,也有人认为他一钱不值。其实,媒体和大众眼中的金庸都是神坛之上的金庸。而本书是一部以平视眼光写下的《金庸传》,作者以客观、理性的尺度,依据大量详实可信的史料,写出了一个人,一个出类拔萃的武侠小说家,一个报业巨子,一个备受争议的社会活动家。本书首次利用第一手档案,挖掘出不少鲜为人知的珍贵资料,纠正了有关金庸生平的一些讹误。

【上期回顾】

1952年,查良镛转入《新晚报》做副刊编辑,与同事陈文统成了好友,他们就是后来的“金庸”和“梁羽生”。

金庸成名了,却没想到过做职业作家

6

人物传记

和金庸谈论《书剑恩仇录》或者写信给他的人中,既有银行经理、律师、大学讲师,也有工厂的工人;既有七八十岁的老婆婆,也有八九岁的小弟弟小妹妹。在南洋的许多地方,《书剑恩仇录》都很受欢迎,经常会被拿来作为电台广播与街头说书的题材。

《书剑恩仇录》受到的欢迎出乎金庸意料,动笔之前,他从来没有想过将来要做一个武侠小说家。世事难料,刻意追求的不一定开花结果,无心插柳倒是柳成荫。

1955年的一天,《书剑恩仇录》还在《新晚报》上连载,刘芳和李晨风等电影界的朋友在茶楼上谈起《书剑恩仇录》时说,如果将这个小说拍成电影,应该怎样拍,忽然想不起来书中某个人物的绰号了,茶楼的女招待和邻座的茶客纷纷插口进来告诉他们。

1955年末,《新晚报》还在连载《书剑恩仇录》,《香港商报》的副刊编辑李沙成就力邀金庸为他们的“说月”版也写一部武侠小说,编辑的恳切态度使他难以推辞,就答应下来了。

从1956年1月1日起,他的第二部武侠小说《碧血剑》在《香港商报》连载。

他想起十几年前在石梁读高中的岁月,在《碧血剑》中虚构了一个“石梁派”,女主角温青青出生在石梁。衢州、石梁以及烂柯山的风光都是他熟悉的:

石梁离衢州二十多里,他脚步迅速,不到半个时辰就到了。石梁是个小镇,附近便是烂柯山。相传晋时樵夫王质入山采樵,观看两位仙人对弈,等到一局既终,回过头来,自

己的斧头柄已经烂了,回到家里,人事全非,原来入山一去已经数十年。烂柯山上两峰之间有一条巨大的石梁相连,鬼斧神工,非人力所能搬上,当地传说是神仙以法力移来,石梁之名,由此而起。

《碧血剑》的历史感很强,政治性极浓厚,崇祯皇帝、李自成、皇太极都出现了,还有许多平民在乱世中流离的情节。这无疑有金庸自己的人生经历、生命体验。

1956年9月5日,《书剑恩仇录》在《新晚报》上连载结束,当天预告:“我们已约得武侠小说名家百剑堂主为我们撰写《风虎云龙传》,日内开始连载。”

“百剑堂主”是陈凡的笔名,他给梁羽生的《草莽龙蛇传》题诗,为金庸的《书剑恩仇录》单行本赋词时则署名“中宵看剑楼主”。金庸也在当天的“天方夜谭”致各位读者,说“百剑堂主是一位著名作家的笔名,《书剑恩仇录》单行本第一集的那首《满庭芳》词就出于他的手笔。堂主文采风流……”

陈凡生于1915年,比金庸、梁羽生年长,早在1941年春天,他们还在高中求学时代,陈凡就已经进入《大公报》,先后做过记者、采访主任、副总编辑等,决心以《大公报》作为其一生的事业。

1947年5月31日,他曾因在广州采访中山大学学生罢课游行的新闻而被捕。

同事唐振常说陈凡是《大公报》当年的名记者,走南闯北,写下了许多受人欢迎的通讯。他早年热衷新诗,中年以后改写旧诗词,“嬉笑怒骂,哀思激烈,亦庄亦谐,可歌可泣”,钱钟书罕见地为他的《壮岁集》

作序。

陈凡诗词、书法、文章都好,但他把诗词格律、国文的“之乎者也”用到武侠小说上就不大合适。《风虎云龙传》从1956年9月9日开始连载(一直到1957年7月29日),大概没引起什么反响,从此不见他再写武侠,却和金庸、梁羽生一起被报馆同事戏称为“三剑客”。

10月22日,《大公报》的“大公园”副刊登了一则预告:

“三剑楼随笔”:自梁羽生先生的《龙虎斗京华》《草莽龙蛇传》《七剑下天山》,金庸先生的《书剑恩仇录》《碧血剑》,百剑堂主的《风虎云龙传》等武侠小说在本港各报连载后,大受读者欢迎,成为武侠小说中一个新的流派。现在我们约得这三位作者给“大公园”用另一种笔法撰写散文随笔,日内刊出,敬请读者们注意。

——编者

“三剑楼随笔”专栏诞生。当年10月24日,喜欢电影的金庸为“三剑楼随笔”开篇写的是《(相思曲)与小说》:

你或许是我写的《书剑恩仇录》或《碧血剑》的读者,你或许也看过正在皇后与平安戏院上映的影片《相思曲》(Serenade)。这部影片是讲一位美国歌唱家的故事,和我们的武侠小说没有任何共通的地方,但我们这个专栏却是上天下地无所不谈的,所以今天我谈的是一部电影。也许,百剑堂主明天谈的是广东鱼翅,而梁羽生谈的是变态心理。这一切相互之间似乎完全没有联系,作为一个随笔与散文的专栏,越是没有拘束的漫谈,或许越是轻松可喜。

后来他们也是这样做的。

金庸谈电影、书画、音乐、舞蹈,也谈围棋、象棋、民谣、谜语,谈文学、历史、宗教,也谈京戏、摄影,甚至圆周率,范围很广,显示了广泛的兴趣。

其中有关棋艺的话题为金庸和梁羽生津津乐道,几乎占了“三剑楼随笔”的八分之一。

酷爱围棋的金庸在《书剑恩仇录》中就有对棋局的描写,《碧血剑》也有弈棋的情节。

1956年12月8日,他发表《历史性的一局棋》,以白描手法勾勒了1933年在日本举行的一场中日围棋赛,一方是19岁的中国棋手吴清源,另一方是60岁的日本顶级高手——本因坊秀哉。这局棋断断续续下了三个半月,一局既终,本因坊秀哉好不容易胜了一子(两目)。他字字平实,却以短短一千多字将这惊心动魄的一幕写了出来。

董桥称赞他“对文字的运用,已到极纯熟的地步”,此时即已初露端倪。

不久,金庸从《新晚报》调回《大公报》,不再做国际电讯翻译,而是做“大公园”副刊编辑,以“姚嘉衣”等笔名发表影评。

从1947年起,金庸在《大公报》(包括《新晚报》)前后度过了十年,从上海到香港,从电讯翻译到副刊编辑,几乎跨越了整个青春时代。他在这里开始武侠小说创作生涯,《大公报》给他提供了一个舞台,他一生事业的根基都在这里奠定。1957年冬天,他辞职离开《大公报》。

此时的他,虽然因为武侠小说获得了一定的名声和收入,但却从未想过要做一个职业作家。