

实证新闻

DISCOVERY

最近快报有好几位记者,从美少女升级为辣妈,同事们在祝福的同时,也七嘴八舌传授了许多育儿经。有的是亲身实践过的,有的是网上热传的,听起来都特别神奇。前段时间,她们一一摸索实验,1月11日,快报也在微信公众号上发布了征集活动,邀请读者和网友们一起验证。

这次我们挑选了广为流传的纸巾轻抚一分钟入睡法、45度倾斜抱娃止哭闹法、10厘米喂奶法,来进行实验。最后,综合实验结果,以及数位读者的反馈,我们发现,第一个方法作用似乎不大,后两个相对有效。不过,我们也要提醒市民,宝宝个体差异较大,爸爸妈妈可以试一试,但不要过于依赖,最重要的还是要多仔细观察宝宝,总结自己的经验。

现代快报记者 王益

离嘴10厘米喂奶吃得香,斜着抱娃能止哭…… 这些红遍网络的育儿经,到底管用吗?

快报记者帮你试过了,有些方法确实可以用



喂到嘴边,琪琪不肯张嘴



勺子离嘴有一段距离,琪琪反而主动张嘴 现代快报记者 丁晟 摄

实验对象:琪琪 2岁7个月

●●● 专家建议

网传经验可参考
平时也要多观察

综合现代快报记者做的实验,以及多名网友反馈的结果,可以发现,“纸巾轻抚一分钟入睡法”作用不大,“45度抱娃法”和“10厘米喂奶法”,对很多宝宝都有效。那么,这其中的秘诀是什么呢?造成实验结果不同的原因又是什么呢?

江苏省妇幼保健院主任胡幼芳说,这些网传的方法可以说都是家长自己总结出来的经验,具有一定的针对性和偶然性,要说科学原理还真不好说,好不好用,也因宝宝而异,总的来说,还是需要家长自己细心观察宝宝。

■关于哭闹

可能是宝宝觉得饿了、冷了、不舒服了、寂寞了求抱抱,在分析解决掉这些因素后,家长可以自己摸索孩子喜欢的抱姿。“哭是宝宝跟外界交流的方式,是在表达他(她)的需求。”胡幼芳说。

■关于哄睡

在哄宝宝睡觉的时候,尽量要创造一个安静舒适、利于睡眠的环境,穿的衣服要适量,不能过热也不能着凉,宽松便于活动手脚,也可以调暗室内的光线。

■关于喂奶

从1岁之后,就应该逐步训练宝宝,自己用手拿勺子吃饭,培养他(她)的独立行动力,有助于手眼协调和智力发展。如果一直是大人喂奶,孩子长大一点后,可能会出现注意力不集中等情况,到那时再纠正就比较困难了。

实验1 喂奶离嘴10厘米,宝宝吃得更香?

一直以来,李女士为孩子吃饭操碎了心,琪琪已经2岁多了,但吃饭的习惯一直没养好。

具体有多闹心呢?比如冲了一瓶150毫升的奶,夫妻俩花1个小时都只能哄琪琪喝掉半瓶,还得分两次喝,第一次没喝完就冷了,加热后第二次再喝,还是没喝完又冷了。吃正餐的时候,一顿饭也得要一个多小时,但也只能喂掉小半碗。

■实验过程

1月15日早上,现代快报记者见证了琪琪的一顿早饭。这一天,李女士准备了牛奶、鸡蛋羹和豆沙包。一开始吃,琪琪就对鸡蛋羹表现出了明显的抗拒,李女士舀了一勺送到她嘴边,结果小家伙就是不张嘴,反而抓起了豆沙包,但啃了两口之后,又放到了一边,用手指戳着玩,并说

起话来。

李女士又舀了勺鸡蛋羹,放在她面前10厘米左右,哄道:“这个鸡蛋羹谁要吃呀?我们看看谁能抢到它!”结果琪琪立刻凑上来,啊呜一口吞进了嘴里。接着,李女士又舀了一勺牛奶,同样离了一定距离,琪琪又凑了上来。几次之后,琪琪还主动端起了牛奶杯,说要自己喝。这次早饭,吃了10分钟左右,比以往省时一半。

►实验结果:有用

实验对象:小夕夕 3个月

实验2 纸巾抚脸,一分钟入睡?



试了一分钟,小夕夕毫无睡意 现代快报记者 徐洋 摄

郝女士说,为了哄娃睡觉,他们没少折腾,现在最稳定、有效的方法是“奶睡”,就是边喂奶边哄,一般吃着吃着就睡着了。但是,很多人说,奶睡并不是个好习惯,所以,万不得已的时候他们才会放这个大招。

■实验过程

1月19日晚9点,现代快报记者来到郝女士家。已经不早了,然而小夕夕眨巴着眼睛,丝毫没有要睡的意思。爸爸夏先生按照视频所说的方法,用

纸巾做起实验。纸巾刚放到小夕夕面前,她就扭头;纸巾抚过三次后,她挥动小手,踮着脚,好像在说“拿开,拿开!”夏先生还在坚持,半分钟后,小夕夕哼哼了起来,左右不停转着脸,想躲开;爸爸没有放弃,女儿脸转到哪儿,纸巾就跟到了哪儿,但小夕夕明显不买账,1分钟后,非但没有睡着,还变得很急躁。让小夕夕休息了一会儿后,又重复了几次,结果还是如此。

►实验结果:无效

实验3 斜45度抱娃,止哭闹?



斜着抱起来,小红枣果然不哭了 现代快报记者 徐洋 摄

哭,是小婴儿表达感情和需求的主要方式。妈妈刘女士说,饿了、便便了,或者不小心自己挠到了脸,小红枣都会哭。“有时候,我一碰她,她就不哭了,但是一放下、一离开,她又开始哭,不好哄。”

■实验过程

1月14日下午,现代快报记者来到小红枣家中。守了一段时间,小红枣开始哭闹了。

当刘女士的手碰到她背部时,哭声稍微缓和了一下,但没

两秒又张大嘴巴哭了起来。刘女士按照网上的教程,把小红枣的双手固定在身前,同时托住小屁屁,身体45度前倾,抱了起来,这时,小红枣立马止住了哭泣,睁大了双眼。两分钟后,刘女士把小红枣放回婴儿床,小宝贝依旧保持镇定,没有因为离开妈妈的怀抱而哭泣。

1月19日,记者顺便也给刚满3个月的小夕夕做了这个实验,发现同样有用。

►实验结果:有用