



春季断奶 别陷入这3个误区

春天，哺乳妈妈们纷纷开始断奶。然而，对于断奶，很多人都缺乏科学的认识，很容易就陷入误区，给宝宝的生理和心理健康造成伤害。

现代快报记者 周青

误区1： 10个月以上母乳没营养

国际泌乳顾问、南京市妇幼保健院母乳喂养门诊专科护士薛海华老师表示，母乳是宝宝在婴儿时期最好的食物，母乳中含有宝宝生长发育的各类微量元素、对抗疾病的几乎全部抗体，没有什么可以完美替代。关于断奶，我们建议大家在宝宝1岁半到两岁左右“自然离乳”，那时候宝宝在生理上能很好地吸收食物中的营养，另一方面在心理上能够较好地适应外界环境。

如果没到“自然离乳”的时间，非要给宝宝断奶呢？薛海华说，宝宝一岁半前的主食应该是奶，辅食就是辅助的，代替不了奶中的营养。如果没有母乳给宝宝吃，那就每天给宝宝喂一定量的奶粉，以保证营养上的均衡。

误区2： 母子分离更容易断奶

同事婷婷最近很郁闷，她的婆婆让她给未满一周岁的宝宝断奶，还强行把宝宝带到乡下，声称“母子分离更容易断奶”。



薛海华老师指出，这是一种粗暴、强制性的断奶方式，对宝宝身心的伤害太大了！宝宝喝不到妈妈的奶，已经情绪很低落了，如果再看不到妈妈的人，就更难过了。这样断奶，容易给宝宝的心理造成创伤，不利于母婴感情的建立，甚至导致长大后性格孤僻，产生交流障碍。断奶是宝宝成长中的一件大事，妈妈在给宝宝断奶期间要好好抚慰他的心理，给予他足够的关爱。

误区3： 断奶后要去排残乳

近年来，很多美容美胸机构

都大力推广“排残乳”的服务，声称不排残乳会增加罹患乳腺癌的风险，有碍胸部的美观和健康。

真的有必要“排残乳”吗？对此，薛海华老师反问，“这些机构排残乳排的究竟是乳还是钱？”她表示，没有医院会给人“排残乳”的，残乳是不需要排的，人体会将残余的乳汁自我消化掉。

此外，薛海华提醒广大想要断奶的妈妈，如果想要不影响胸型的话，要有计划地慢慢减少哺乳次数，而不是突然终止喂奶，把奶给硬生生地胀回去。一旦乳房被牵拉过度，将无法恢复。

眼袋还会危害眼部健康？ 建议越早祛除越好

众所周知，眼袋会让人看上去苍老憔悴，对美观影响很大。可是很多人不知道的是，大大的眼袋竟然还会对眼部健康造成一定的危害！

视力模糊竟是眼袋惹的祸

“近年来，我看东西越来越模糊，本以为是眼睛老花了，没想到竟然是眼袋惹的祸。”南京鼓楼区的赵奶奶说，她长眼袋已经有几年了，而且越长越大，去检查后才发现是由眼袋过于严重，导致视力下降。

对此，思蒂贝尔专业抗衰美肤机构的杨老师指出，生活中像赵奶奶这样被眼袋影响视力的人有很多，但是大家往往不知道是眼袋危害了眼部健康。一般来讲，眼袋严重到了一定的程度，眶隔筋膜内脂肪长期压迫眼部神经，使得眼部供氧不足而引起视疲劳，久而久之会造成视力下降。“很多人都有这样的误区，认为眼袋要等很大了再去处理，但其实我们建议祛眼袋是越早越好，如果非要等严重到一定程度，那时候祛除起来难度大、费用高，而且压迫眼部产生的黑眼圈、皱纹等问题也得再费劲解决。



介绍，眼袋主要分为水肿型、脂肪型和肌肉型3种，水肿型眼袋相对而言比较容易祛除，而脂肪型和肌肉型眼袋则需要求助于专业抗衰机构。目前市场上主要有两种祛除脂肪和肌肉型眼袋的方式：一种是手术祛眼袋，另一种是不开刀、不手术的“仪器+产品”祛眼袋。

现在，业内人士普遍更建议大家使用相对安全有效的“仪器+产品”祛眼袋方式。祛眼袋抗衰机构思蒂贝尔采用的就是这种方式。用这种方法不需要侵入皮肤，不会留下伤口及后遗症。同时，采用仪器配合产品祛眼袋，对眼周周围的血管、神经、淋巴管均无损伤，即做即走，快速平复，不影响工作生活。

■美丽公告

现有1800元起不开刀、不手术的“仪器+产品”祛各种类型眼袋以及128元体验祛各种类型的优惠活动，感兴趣的朋友可以拨打现代快报时尚编辑部电话84783635，或是加入现代快报时尚QQ群，群号239767008。

现在流行“仪器+产品”祛眼袋

可是，很多人都空有一颗想祛眼袋的心，却怎么都祛不掉怎么办？

“祛不掉眼袋，很可能是因为没有弄清楚眼袋的类型，选择的祛除方法有问题。”杨老师

思蒂贝尔 SIDI BEIER 祛眼袋·净斑

祛眼袋我们更专业

祛眼袋
超值价
1800元起

不开刀无痕祛眼袋，即做即走，快速平复，不影响工作生活



采用定向清脂技术，安全可靠，无痛无痕，针对各种类型眼袋肿眼泡，同时收紧去皱，适用于18—80岁之间，男女不限。

让女人享受下班的快乐！

预约进行中……

下班体验价

128元

针对各种类型的斑

- 表皮斑：(雀斑、老年斑、晒斑、点状色素)
- 黄褐斑：(妊娠斑、肝斑、铅汞中毒斑、褐青斑、激光后色素沉着)
- 红血丝 □痘印 □毛孔粗大

招聘 高薪招优秀店长、美容师、学员

新街口国贸店
58501958

山西路店
52218642

新街口建华店
52306496

龙江店
52212452

广告

24小时读者热线：800800
现代快报网www.xdkb.net

主编：周浩 责编：倪晶 美编：王莺燕 组版：滕爱花

现代快报
2017.4.13 星期四

B5