

# 孩子健康安全,是爸妈最大的心愿

快报大健康

联合推荐

## 疾病:要不要给宝宝输液

很多父母在宝宝生病时会手忙脚乱,宝宝一哭闹就乱了阵脚,恨不得马上带宝宝去医院打点滴输液,但是这样看似平常的行为却有可能给宝宝带来致命的伤害。虽然输液给药是医学的一个巨大进步,但面对宝宝生病的情况,家长要理性地判断要不要给宝宝输液,而不要盲目追求快速见效。

**不必输液的情况:**病毒性感冒、细菌性感冒;上呼吸道感染;小儿腹泻;毛细支气管炎等。

**以下情况才需要输液:**严重的细菌感染;如化脓性扁桃体炎、中耳炎、肺炎、脑膜炎、猩红热、阑尾炎等;脱水比较严重;哮喘发作;需要抢救的紧急状况等。

在感染较轻或者根本没有细菌感染时,如果仍然选择输液治疗,对宝宝的伤害会很大,所以家长要考虑输液的风险。通过输液用抗生素应更加慎重。即使是细菌感染,当医生征询是吃药还是输液时,可以选择先吃药。或者和医生沟通时,询问是否可以选口服药,如果医生要求输液,那么最好还是听从医生的建议。

## 意外:怎样预防宝宝走失

5~10岁的宝宝,由于活动的自主性比较强,因此最容易走失。一定要看护好宝宝,才能避免家庭陷入不可承受之重。

**教会宝宝三个自救技能:**1.教会宝宝

为人父母,亲手养育一个孩子,才知道其中的五味杂陈,有怜惜,有急切,有焦虑,也有病情好转时的欣喜。宝宝的每一口吐奶,每一声咳嗽,发热时蔫蔫的小模样,腹泻时瘫软的胳膊腿儿,还有总也不好的湿疹,三天两头的磕磕碰碰……一点一滴、一举一动都牵动着父母的心。

为了宝宝的健康成长,我们需要不断修炼各项技能:家庭营养师,儿科保健医生,甚至急救员。而疾病和意外伤害,不会因为我们做足了一切防护措施而完全避免,用心了解一些养育宝宝的方法,掌握一些疾病与意外的防护技能,非常有必要。

记住父母姓名、电话和家庭住址;2.教会宝宝拨打电话,并知道有困难时拨打110求助;3.教会宝宝辨认警察、军人、保安或工作人员的特征,派出所及治安岗亭的标志。并教宝宝在有困难时找警察,或是向穿制服的工作人员求救。

**时刻做好安全防范:**家长要提高警惕,不要让宝宝离开自己的视线,不要把宝宝交给陌生人照看。遇到有人问路或搭讪时,一定要牵好宝宝。在宝宝的口袋里放一张写有家人联系方式的卡片或使用防走失装置。

### ■“十人四追法”

一般来说,宝宝走失后的24小时是黄金寻找期。中国人民公安大学教授、少年儿童犯罪预防专家王大伟博士有一个“十人四追法”,行之有效,具体方法如下:

首先,一名家长守在宝宝失踪地点,在条件允许的情况下发起广播寻人,另召集10名亲友,分四个方向寻找。

搜寻分为粗细两层:

第一层“粗寻”,就是在2千米以内,沿着大路寻找,安排4个人,一个方向1人。

第二层“细寻”,还是在2千米之内,但要到主要的火车站、汽车站去找,也是4个人以上。

另外一人到派出所等消息,若宝宝走失后被好心人发现,会送往派出所;一人留在家中,因为有的时候,宝宝自己能够找到家。

本文内容选自《协和专家:宝宝疾病与意外防护手册》(作者:孙秀静,出版社:江苏凤凰科学技术出版社)

本书由原北京协和医院儿科医师孙秀静博士主编,介绍了50种儿科常见疾病的家庭预防与护理方法,18种儿童常见意外伤害的救护方法。另外还对新生儿的一些“奇怪”行为给出了解析及应对方法。

本书附录部分还特别收录了儿童视觉、听觉及综合发育监测以及宝宝家庭小药箱,让父母养护宝宝更加得心应手。

扫描二维码即可购书,为宝宝全方位打造坚实的健康与安全屏障,让宝宝少生病、无意外。

## 健康书架

### 《让宝宝爱上吃饭》

营养师奶爸滕叔,为你揭秘自家厨房出品的120道味美颜正营养餐。拥有20多年营养科普经验的解放军第309医院营养科主任左小霞医生鼎力加盟,为爸爸妈妈解读养育宝宝的营养密码。

### 《妈妈给宝宝做按摩》

本书中收录的26个小儿常见病症都是最常见的疾病,比如发烧、咳嗽、肺炎、积食等,增加了书的实用性。并且列出了每种疾病的相似疾病的区分,帮助妈妈们快速准确地判断宝宝的病症。

扫描识别江苏凤凰科学技术出版社官方天猫旗舰店、微信公众号二维码了解更多新书好书

官方天猫旗舰店

官方微信

三伏天快来了,也意味着“冬病夏治”的最佳时节也来到了。“冬病夏治”有敷贴疗法、中药汤剂、膏剂等,其中中药穴位敷贴法——三伏贴是其中常用、有效而简便的治疗方法。现代快报记者了解到,江苏省中医院针灸康复科在2016年共完成贴敷3.4万次。除了敷贴,目前科室开展的冬病夏治治疗方法主要有:三伏贴、伏针、三伏艾灸、拔火罐、穴位注射、穴位埋线。

通讯员 冯瑶 现代快报/ZAKER南京记者 安莹

# 冬病夏治月 省中医院三伏贴火爆开贴

杏林省中  
·冬病夏治

## 一个夏天 这个科室贴了3.4万次敷贴

省中医院针灸科主任孙建华介绍,江苏省中医院针灸康复科开展冬病夏治至今已有30余年,采用的敷贴药方为江苏名老中医依据清代《张氏医通》里的敷贴古方为基础方添加而成,并根据中医辨证理论和针灸经络学说,精选白芥子、元胡、甘遂、细辛、肉桂、丁香等散寒通络、祛风湿、补气血的道地中药研成细末,按比例精心混合,姜汁糊丸。所制丸药贴敷简单,贴敷于经络上的特定穴位,药物经皮肤由表入里,到达经络和脏腑,来达到治疗目的。2016年该科共完成贴敷3.4万次。贴敷的部位一般以经穴为主,临床常用的穴位有肺俞、定喘、膏肓、大椎、脾俞、肾俞等。

## 这些疗法都是冬病夏治

**伏针:**是冬病夏治外治方法之一,其原理是利用三伏天自然界阳气旺盛,人体阳气外达,经络通畅,肌肤腠理开泄,易于激发,治疗一些冬季易发的虚寒性疾病达到事半功倍的疗效,一般选取关元、气海、百会、大椎、足三里、三阴交、曲池、阳陵泉。施以针补法,曲池、阳陵泉穴用平补平泻法,诸穴留针30min。

**三伏艾灸:**以艾叶为原料,做成艾绒、艾柱和艾条,用艾绒或其他药物(姜、蒜)放置体表的腧穴或疼痛处烧灼、温熨。利用三伏天气旺盛结合灸火的温和热力及药物作用,通过穴位经络的传导,以温通经脉、调和气血、协调阴阳、扶正祛邪,对于一些虚寒性疾病达到标本兼治的目的。

**拔火罐:**原理是刺激经络穴位,使局部皮肤发红充血,出现青紫色出血点,以改善局部微循环,起到疏通经络、舒筋理气、祛风散寒的作用,使人

体的神经、循环、免疫、排泄等系统兴奋起来,加快新陈代谢。

**穴位注射:**是江苏省中医院针灸科开展的特色疗法之一,指在穴位上运用针刺和黄芪、当归等注射液相结合的治疗方法。它是通过机体经络系统,使注射药物直达病所,从而起到比单纯针刺,或药物注射更好的疗效。对于慢性萎缩性胃炎、骨性关节炎以及亚健康状态均具有很好的临床疗效。

**运用穴位埋线治疗:**原理是根据针灸经络学理论,通过针具和药线在体内软化、分解、液化和吸收时,对穴位产生的生理、物理及化学刺激长达20天或更长时间,从而对穴位产生一种缓慢、柔和、持久、良性的“长效针感效应”,长期发挥疏通经络作用,达到“深纳而久留之,以治顽疾”的效果。从而刺激经络、平衡阴阳、调和气血、调整脏腑,达到治疗疾病的目的。

## 冬病夏治适合哪些疾病

1.慢性反复发作性肺系疾病效果最佳,如反复感冒、慢性支气管炎、支气管哮喘、阻塞性肺气肿、慢性咳嗽、肺间质疾病、肺功能不全、过敏性鼻炎、慢性鼻炎、慢性咽炎等表现阳虚寒甚者;

2.颈椎病、肩周炎、慢性腰腿疼痛、风湿或类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、骨性关节炎等表现阳虚寒甚者;

3.小儿体虚、易感冒咳嗽、小儿哮喘、慢性腹泻、消化不良、遗尿等;

4.慢性寒胃病、慢性腹泻、夜尿频多以及素体阳虚、喜暖怕冷的人群;秋冬发作或加重的皮肤病,如冻疮、寒冷性多形红斑、慢性荨麻疹;

5.素体阳虚、免疫功能低下的“亚健康”人群。