

轻松搞定 宝宝厌奶

□ 记者 朱娜
通讯员 李冰磊

宝宝在成长过程中,突然不爱吃奶了,这令家长很是烦恼。这是咋回事?

本周,家住涧西区的李先生发现,自己5个月大的孩子突然不喜欢吃奶了。以前只要把奶嘴塞到孩子的嘴里,他就开始有节奏地吮吸,一会儿一瓶奶就喝完了。可最近,孩子却不爱吃奶了,把奶嘴放进他嘴里,他只是用舌头裹着玩,而不吸奶。如果硬让孩子喝奶,他就会哇哇大哭。李先生与同学讨论后,发现其他小孩也有这种现象发生,但都不知道这是为何。其实,这是宝宝到了厌奶期。

洛阳市妇女儿童医疗保健中心保健部副主任陈新渠介绍,宝宝成长到4个~6个月时,好奇心与日俱增,开始对周围的事物感到新奇,这会分散他们的注意力,此时为常见的厌奶期。这时候的宝宝会表现出一些动作,如当奶瓶放进嘴里时,宝宝把头转开,或闭紧嘴巴不肯吃奶。



厌奶期分心理性和生理性两种。宝宝从出生开始,每天吃的都是一种食物,一段时间后,可能会产生厌恶喝奶的情况。这也是宝宝在提醒爸妈,该给他吃些不同的东西了。如果在宝宝厌奶时,同时出现呕吐、便秘、腹胀、腹泻、发烧等症状,应该立刻就医接受治疗。

如何知道宝宝是不是进入厌奶期了呢?这是令很多爸爸、妈妈感到疑惑的问题。宝宝进入厌奶期之后,最明显的症状就是喝奶量变少了,因此可以计算宝宝每天所喝的奶量,如果低于所需的奶量,没有生病发烧,且到了4个~6个月大,宝宝就可能已经进入厌奶期了。

宝宝进入厌奶期,要先找清宝宝出现厌奶的原因,如果是因为生病了,要根据不同的症状配给适当的食物或药物。如果宝宝不饿,就不用勉强喂奶,等他饿时自然会吃奶的。另外也可逗宝宝玩,以此来消耗宝宝体力,让他感到饥饿,从而达到让其进食的目的。宝宝吃奶减少后,家长要在辅食上下工夫,鸡蛋、菜泥、肉泥、稀饭、稀面条等都是不错的选择,可以以此来弥补奶量的不足。可以每周增加一种新辅食,等宝宝适应第一种后,再换第二种。

育儿知识

本周,市民宋女士询问,她近两岁的儿子能不能喝某品牌的成长牛奶,因为听新闻中说,有专家指出儿童摄入奶制品过多会增加肾病发生率。记者在走访中发现,儿童喝牛奶还是有些讲究的。

周一早上,在某实验小学门口,记者看到确实有不少家长喜欢把牛奶给孩子“渴了当水喝”。在走访的两家超市中,未能找到宋女士说的那种牌子的成长牛奶,但发现标注成长牛奶的奶制品还真不少,粗略统计了一下,其配料表中列出的成分有:鲜牛奶、白砂糖、蜂蜜、低聚异麦芽糖、维生素D、蔗糖脂肪酸酯、海藻酸钠、卡拉胶、食用香精等。那么,家长该如何让孩子正确选择饮用牛奶呢?

市第三人民医院(原铁路医院)儿科主任、副主任医师全桃玲说,日前,在上海举办的2010年第五届世界肾脏日健康大型主题会上,的确有专家指出,一些小病人因为摄入奶制品过多,结果患上高钙血症。



市妇女儿童医疗保健中心早教基地协办 电话:63296887

据全桃玲介绍,对于处在生长发育期的儿童来说,牛奶提供的营养,特别是钙,起着非常重要的作用。据测定,每500毫升牛奶含有蛋白质16.5克、糖22.5克、钙600毫克、维生素A200个国际单位、维生素D10个国际单位,

能满足人体每天所需动物蛋白的50%、钙的60%、能量的16%。因此,牛奶是最接近人体需要的食品。根据国际营养学界和医学界的研究论证表明,每天给孩子喝一杯牛奶,对孩子的成长起着非常重要的作用。

准妈妈 注意啥

□ 记者 朱娜 通讯员 李冰磊

准妈妈处处都很小心,生怕有一点疏忽,影响了宝宝的成长。市妇女儿童医疗保健中心妇产科副主任医师丁素娟介绍,女性妊娠期约为9个月,可分为孕早期、孕中期和孕晚期,每个阶段都有需要注意的事项。

孕早期:孕后1个~3个月
第1个月:初次怀孕的女性,身体和心理上都会发生变化,可能会出现类似感冒的症状。准妈妈这时不要随意服药,要找医生确诊。

第2个月:此阶段的孕妇很容易流产,必须特别注意。要减

少外出次数,保证睡眠充足,感到特别疲劳时不要洗澡。如果家中有猫、狗等宠物,最好送人。

第3个月:为了预防便秘,孕妇要养成每日定时如厕的习惯,可在清晨起床后饮用温开水。

孕中期:孕后4个~6个月
第4个月:胎盘已经生长完成,流产的可能性减少许多,基本已经进入安定期。孕妇要保持身心平静,以免动了胎气。充分摄取营养,蛋白质、钙、铁、维生素等要均衡摄入。

第5个月:孕妇要注意腹部的保暖并预防腹部松弛,最好能

使用腹带或腹部防护套。同时,要保证铁的摄入,如果铁摄入不足会造成母体贫血,严重时还会影响到胎儿的健康。

第6个月:孕妇肚子变大后,身体的重心也会随之改变,会出现走路不平稳等现象,上下楼梯时要注意安全。

孕晚期:孕后7个~9个月
第7个月:这段时期依然要注意营养均衡,尤其是含钙质、铁质丰富的食物要多吃一些。水分与盐分摄取过量,有可能会引起妊娠毒血症,必须严加节制。

第8个月:腰部及其他各部

位会感到酸痛,下肢浮肿、静脉曲张浮出。此外,腹部皮肤紧绷,皮下组织可能会出现断裂现象,紫红色的妊娠纹处处可见。心理方面则会再度陷于神经过敏的状态,往往难以成眠。此时要放松心情,可以适当散步,以此舒缓情绪。

第9个月:孩子马上就要出生了,准妈妈这时一定要有耐心,不可焦躁不安。否则,分娩期会受你的情绪影响而提前。一次不要进食太多,适当地控制一下饮食,多摄取一些易消化且营养成分较高的食物。

春季,谨防猫狗“欺负”孩子

春回大地,万物生长,但同时也有利于病菌繁殖。因此,春季人被宠物传染疾病、咬伤的概率也会增高,特别是抵抗力较差的儿童等人群更要小心。医生建议,春季最好远离猫狗等宠物,有婴幼儿的家庭最好不要养宠物。

春节前,家住西工区的卢女士收到朋友送来的一只小白猫,卢女士3岁多的女儿非常喜欢,小猫也经常围着女儿转。大概两

周后,卢女士的女儿不时出现轻微的鼻塞、打喷嚏、流鼻涕等症状,大人以为是普通感冒,没太在意,进行了简单治疗,病情很快好转。但一周后,卢女士的女儿又出现同样症状,而且夜里咳嗽、气喘,反复发作了几次,最后被医生诊断为哮喘。医生推断,其“罪魁祸首”很可能就是那只时常伴随孩子左右的小白猫。

市妇女儿童医疗保健中心

儿外科主治医师王瑛说,春季是猫狗等宠物的发情期,同时也是过敏症、呼吸道疾病的高发期,这些因素都可能使猫狗等宠物“欺负”孩子的概率增大。首先,猫狗等动物在春季发情期比较烦躁,上蹿下跳容易误伤人,医院每年春天都能接到被猫狗咬伤、抓伤的小病号。其次,春季呼吸道疾病和过敏性疾病高发,而高达20%~30%的哮喘患者家中

收养过宠物。小狗和小猫的唾液、皮屑和皮毛中有一种致敏蛋白颗粒,过敏体质或抵抗力差的人接触了动物皮毛后容易引发过敏、哮喘等病。此外,猫狗等宠物身上容易藏着螨虫、肠寄生虫等,人一旦感染就会引起湿疹、胃肠道反应等疾病。因此,孩子在春季要避免和猫狗等小动物接触,有婴幼儿的家庭,最好不要养这类宠物。(吴彬 李冰磊)

我的育儿经 乐乐的

乐乐属于比较早熟的孩子,7个月学会了爬行,11个月学会了走路,1岁4个月已经会说简短的句子,跟我们进行简单的交流了。但是我觉得乐乐是个非常聪明但是有点骄傲、不太合群、不易管理的孩子,所以在乐乐刚1岁的时候,我和乐乐爸爸毅然决定把她送进了亲子园。刚开始上课时,乐乐非常不适应,不是爬来爬去、乱翻东西,注意力完全不集中,就是哭着闹着要回家,使得课程无法继续。可我们还是坚持每星期都送她去上两次课,并按照亲子园老师的建议,在日常生活中培养她的秩序感和注意力,每次只给她拿一个玩具,玩具玩完了让她先放回

玩具箱里再给她拿新的。渐渐地,我们发现乐乐变了,上课能够非常认真地听老师讲课,积极配合老师玩各种游戏、整理工作用具,收拾工作毯……乐乐变成了一个有秩序感,注意力集中的孩子!现在每次上课,我经常听到家长们对自己的孩子说“你看乐乐都会干XXX了,真棒呀!”乐乐从一个“后进生”一跃成为了“模范生”。

有人说养孩子是件非常辛苦的事情,可我觉得看着孩子成长让我感到莫大的快乐和欣慰,虽然我流出了一滴汗水,却得到了一串笑容;挥洒了一颗汗水,却收获了一个成长;付出了一片大海,却拥有了整片天空!(乐乐妈妈)

洛阳网

——洛阳人的网上家园

WWW.LYD.COM.CN

点击生活 服务无限

广告热线

0379-65233618

地址:洛阳新区开元大道报业大厦22层