

## 宝宝穿衣 就要“粉嫩嫩”

□ 记者 吴彬 实习生  
申晓曼 通讯员 严焱

近日，深圳公布了一批突击抽检儿童服装结果，抽检样品合格率为54%。儿科医生提醒各位家长，给宝宝买衣服，最好选择“粉嫩嫩”的浅色系，以尽可能保证宝宝健康安全。

据报道，近日，深圳市消委会工作人员以普通消费者身份从商场、超市随机购买了50批次各个品牌的儿童服装（含婴幼儿），价格从每件10多元到400多元不等。检验结果显示，46%的童装不合标准要求，其中成分含量和染色牢度差是主要问题，这两项占不合格产品的83.4%，而pH值不合格占到10%，问题产品中不少还是知名的品牌货。

河科大三附院儿科主任医师黎敏介绍说，婴幼儿皮肤娇嫩、呼吸系统发育不完善，对紧贴皮肤的衣物的安



全性要求是比较高的。家长在选择宝宝衣服时，不能光追求好看、可爱，要更多地考虑健康和安全。购买时，一定要先闻闻童装有无刺激性气味。染料中有些物质含量超标或pH值过高，都可能对宝宝呼吸道和皮肤产生刺激，从而引起疾病。尽量帮宝宝选择浅色服装，因为穿鲜艳颜色的衣服，虽然会显得宝宝更加活泼可爱，但染料潜藏着危险，尤其是染料中的固色剂，容易诱发人体各种病变，甚至可能致癌。特别是浓重、亮丽的颜色，以及印花较多的衣服，所用固色剂更多。而白色、浅蓝、浅粉等浅色系服装可以很大程度上避免使用固色剂。因此，给宝宝买衣服时选择浅色系，更有利于宝宝的健康。

另外，最好让宝宝穿100%的棉织品，因为常穿化纤衣物摩擦较大，易产生静电并吸附空气中的有害物质，可能导致宝宝皮肤瘙痒或脱皮、发炎，抵抗力弱的孩子甚至可能因此得上气管炎、哮喘等。

# 把好“三关”防近视遗传

□ 记者 李永高 通讯员 王小燕

市民程先生最近很为儿子的眼睛操心，尽管天天让他远眺、补充鱼肝油、做眼保健操，但其近视的趋势有增无减，弄不好得像妻子那样落个近视眼。不过，医护人员指出，“后天养先天”，从饮食、环境等方面采取积极措施，还是有望降低遗传性近视发病率。

“近视与遗传密切相关，高度近视的遗传性更是明显。”据市第三人民医院（原铁路医院）眼科主任、副主任医师李景波介绍，近视是由遗传因素和环境因素引起的。据研究分析，近视眼约65%是由遗传决定的，35%是由环境所决定，从胎儿、婴儿到成年的过程中，环境始终是造成近视的潜在因素。因此，虽然父母高度近视，其子女近视几率远大于常人，但是，一些积极措施对于降低这个几率或减缓近视进程、减轻近视程度仍然有着积极意义。

为此，李景波建议家长把好“三关”。

择偶关。高度近视患者，在择偶时，尽量选择没有近视的配偶，这可在一定程度上避免遗传



市妇女儿童医疗保健中心早教基地协办 电话:63296887

近视的发生。

孕育关。孕妇要从营养、精神、环境等方面做好胎儿的保健工作。如果孕妇缺乏蛋白质和维生素等营养成分，会对婴儿眼睛的发育有很大影响；早产也是近视的一个患病因素；双胞胎近视患病率高达

40%以上。

培育关。若家中有人患遗传性近视，那么从孩子出生就要留心观察，可先查看孩子是否有斜视等症状，婴幼儿时期不要把玩具放得离婴幼儿过近；从小培养孩子爱护眼睛的意识，注意用眼卫生，加强眼

睛保健，避免眼睛过度疲劳；定期带孩子检查视力，及时发现近视苗头，予以矫正，不少有遗传性近视的人因为没有及时采取预防性措施，错过了最佳的视力矫正年龄。

同时，要引导孩子参加适当体育锻炼，增加户外活动；在饮食上，合理搭配、营养均衡，让孩子多吃对眼睛有利的富含维生素、矿物质、微量元素的食物。

市第三人民医院中医科主任、主任医师靳丽珍补充说，中医提倡“后天养先天”，近视虽然有遗传因素，但是临床实践证明，完全可以通过采取积极措施，对孩子日常饮食、锻炼、治疗等后天因素进行科学调养，达到弥补遗传视力缺陷、恢复健康视力的目的。家长在饮食方面应尽量让孩子少吃甜食，多吃富含维生素的食品。

最后，李景波提醒家长，若孩子有近视迹象，应及时到医院检查，散瞳验光，配戴合适眼镜，以免近视程度加重。

## 轻症手足口病可自愈

□ 记者 朱娜 通讯员 李冰磊

据卫生部称，我国手足口病已经进入流行期，包括我省在内的10个省份发病的总数占全国总数的近80%。对此专家表示，手足口病虽已进入高发期，但家长只要做好预防工作，就不必太过恐慌。

市妇女儿童医疗保健中心儿科主任王丽说，手足口病并不是新流行的疾病，而是一直存在的，只不过近几年患病率有所增加，并且出现了死亡

病例。手足口病是由肠道病毒引起的，主要通过粪口途径传播，也可以经过呼吸道飞沫传播，多见于5岁以下，特别是3岁以下的幼童。主要症状为手、足、口、臀等部位出现皮疹或溃疡，初期多见口腔溃疡，开始为粟米状疱疹，周围有红晕，主要位于舌及两颊、唇齿侧。可以引起手足口病的病毒有20多种，现在公认的是柯萨奇和EV71两种病毒。

该病于每年春季开始多发，4月至5月病例开始明显增多。去年和今年，洛阳手足口病的发病高峰期都为4月。截至目前洛阳的手足口病患儿虽明显增多，但没有出现死亡病例。

家长们不必太过恐慌，一些轻症的手足口病是可以自愈的。手足口病的潜伏期为一周左右，一些轻症的手足口病患儿在此时间段内可以自愈。此时家长要多注意观察，如果孩子

出现精神不好、发热等症状，要及时到医院就诊。预防手足口病需要注意个人卫生，家长要帮助孩子勤洗手，给孩子的玩具彻底消毒。在手足口病流行的季节，家长应尽量少让孩子到人群拥挤的地方，以减少被感染的机会。此外，要让孩子注意营养和休息，不要让孩子过于疲劳从而降低免疫力；多给孩子补充水果和蔬菜，保持充足的水分。

## 1岁后要改用水杯

题的孩子。这与长期使用鸭嘴杯、奶瓶有很大关系。婴儿在使用鸭嘴杯的杯子时，嘴部的受力类似于吮吸大拇指，牙齿会被挤向后方。1岁后，孩子正处于牙齿发育的关键时期，如果长时间使用鸭嘴杯、奶瓶，就会导致牙齿发育问题。

为了让宝宝拥有一口好牙，家长应注意以下几个问题。

如果宝宝需要鸭嘴杯辅助喝水，最好不要在水杯中放甜饮料，以防他们过多使用；喝完水后，要马上让宝宝放下杯子，不要养成长时间含着杯子的习惯。

鸭嘴杯可以作为过渡期用品使用，但时间不要过长。因为1岁~2岁是宝宝学习用水杯喝水的最佳时期，所以1岁后偶尔使用即可，2岁后则不建议使用。

从1岁开始，宝宝练习使用水杯，这期间需要有人看护，且要用不易碎的塑料杯或不锈钢的小杯，少放一点水。一般2岁后，宝宝就能自如地自己喝水了。

有些家长觉得吸管杯省事，但这种方法也不可取。因为宝宝喜欢咬吸管，长期使用，同样对牙齿不利。（据《生命时报》）

## 春天花会开 哮喘也会来

□ 记者 朱娜 通讯员 李冰磊

春暖花开也是孩子易得哮喘的季节，怎样才能让孩子安全度过春季呢？

市妇女儿童医疗保健中心哮喘门诊主治医师张春林说，哮喘是一种较常见的小儿呼吸道慢性疾病。根据洛阳的气候特点，每年3月至5月，哮喘患儿就会增多，该院每天约有40个哮喘患儿前来就诊。这主要是因为春天风多雨少，并且气温变化大，忽冷忽热，加上春季百花盛开，花粉随风传播，哮喘患儿

接触或吸入后容易发病。前不久的一场降雨，对哮喘患儿来说是一件好事。雨水让空气变得湿润，也可以打落一些花粉，从而降低哮喘患儿的发病率。相对来说，秋末也是哮喘患儿增多的季节。秋末气候较为潮湿，正是螨虫大量繁殖的季节，而螨虫是导致哮喘发作的主要原因之一。哮喘患儿的气道很敏感，来自外界很小的刺激，比如冷空气等，都有可能引发病症。患儿家长应让家里保持空气清新，屋

内陈设要简单，不铺地毯、不养花草；定期用60℃左右的热开水清洗被褥。螨虫在这种水温中无法成活；打扫房间时要用湿拖布或湿抹布，尽量避免扬起灰尘。患儿的日常饮食要以清淡食物为主，可以补充一些优质蛋白，为孩子增强抵抗力。要让孩子适量加强体育锻炼，以达到增强免疫力的作用。如果孩子的哮喘经常发作，可以查一下过敏原，进行有针对性的预防和脱敏治疗，切勿自行判断，以免耽误病情。

