



西工区的井女士上周刚为9个月大的宝宝注射了钙针，接下来，还是需要给宝宝喂服补钙产品呢？井女士很迷惑。像井女士这样年轻的父母给宝宝补钙的意识很强，但是很多人并不清楚如何补钙才科学。近日，就如何给宝宝补钙的问题，记者采访了市妇女儿童医疗保健中心儿保科科长党桂娟。

## 你会给宝宝补钙吗？

口 记者 杨寒冰 实习生 杨笛 通讯员 李冰磊

### 为什么要补钙

党桂娟说，给孩子补钙的主要目的是预防佝偻病。很多家长认为，佝偻病的表现症状是鸡胸、罗锅等，那只是表现在骨骼上的症状，其实，佝偻病的早期症状有很多。

3个月以下的宝宝，因缺钙引起佝偻病的早期症状主要表现在精神方面，如易惊、啼哭等。3个月至6个月的宝宝，主要表现在身体上，如盗汗、脱发（出现枕秃），出现O形腿、X形腿，肋缘外翻等，这些都是佝偻病的早期症状。另外，有些宝宝4个月大时头还不能竖起来，八九个月大时还坐不稳、不出牙等，也可能跟缺钙有关。

### 为什么会缺钙

“宝宝刚满月，我们就为她补钙了，可孩子为什么还会出现盗汗、枕秃的现象呢？”30岁的吕女士很纳闷。

党桂娟说，小宝宝缺钙是常见现象。不是家长补的钙不够多，而是宝宝长得太快了。从宝宝出生到满1岁，是宝宝一生中长得最快的时期，一年大概要长20厘米至25厘米。1岁至2岁，一年大概长15厘米。2岁以后，每年大概长10厘米。因为宝宝身高猛长，宝宝体内的钙含量跟不上身高的增长速度，所以，宝宝越小越容易缺钙。

### 学会科学补钙

如何科学补钙呢？党桂娟认为，半岁以内的宝宝，如果母乳质量好的话，不建议过多补钙。3个月后的宝宝，母乳质量不好的，家长可每天为其补充100毫克至200毫克的钙。

1岁至2岁的宝宝，如果缺钙症状不明

显，每天能喝500毫升的牛奶的话，也不建议过多补钙。

需要补钙的宝宝，最好同时补充维生素D或鱼肝油。足月儿满两周后，每天可补充400国际单位的维生素D或鱼肝油，而早产儿则需800国际单位，喂服3个月后，改为400国际单位。

党桂娟说，晒太阳可促进宝宝对钙的吸收。阳光是最好的维生素D“活化剂”，紫外线可使皮肤中的7-脱氢胆固醇变成维生素D，而维生素D又可以促进钙的吸收。

冬天宝宝穿得太厚，皮肤不能直接接受日晒，所以一定要为宝宝补充维生素D或鱼肝油。夏天可以不补钙，但每天要有不低于2小时的日晒。一定要让宝宝的皮肤直接接受日晒，不能在树荫下、隔着玻璃或戴着帽子晒太阳。为防止宝宝晒伤，可在上午10点之前让宝宝晒太阳。

### 效果不好怎么办

给宝宝吃含钙食物，口服钙剂、补充维生素D和鱼肝油，但宝宝缺钙症状依然明

显，父母该怎么办？

党桂娟说，口服补钙产品，主要是为了预防佝偻病，当预防效果不明显时，家长可选择为宝宝注射钙针（即维生素D<sub>3</sub>），以起到治疗作用。

打钙针的位置是宝宝的小屁股，一个月后，即可出现明显效果。最好在医生指导下，合理使用，不会有副作用，一年使用量不可超过三针。

### 补钙不可过量

凡事过犹不及，补钙千万不能过量。党桂娟提醒家长，一定要谨遵医嘱，适量补钙。

补钙过量的话，会造成宝宝身体浮肿、多汗、厌食、便秘、消化不良，严重的还容易引起高钙血症，甚至可能影响宝宝大脑发育。补钙过量，不仅不利于宝宝身体健康，而且会造成骨骼过早钙化，骨骺线提前闭合，使长骨发育受到影响，让宝宝达不到预期身高。此外，骨中钙的成分过多，会使骨质变脆，容易发生骨折，血液中钙浓度较高的话，还将造成血管硬化。

**小小宝贝** 中医小儿推拿 职业培训学校 特约  
电话：15516364612  
62277112  
地址：中州中路数码大厦B座1005室

## 孩子口臭多半是疾病前兆

孩子患病，身体可散发出特殊气味，你不仅可以凭气味知道孩子病了，而且还能初步判断出是哪一种疾病。如果孩子出现口臭，多半是疾病前兆。

**臭鸡蛋味：**罹患爆发性肝炎或因其他原因导致肝功能严重损害的患儿，常呼出一种特征性臭味，类似臭鸡蛋味，医学上称为肝臭。这表明患儿肝脏功能受到严重损害，是病情危重的表现。

**腐败性臭味：**宝宝口腔有炎症（如牙龈炎）。

**烂苹果味：**糖尿病患者病情恶化到酮症酸中毒阶段，会从鼻腔中排出一种类似腐烂苹果的气味。

**脓性口臭：**宝宝鼻腔有异物或患萎缩性鼻炎、鼻窦炎、化脓性扁桃体炎、肺炎、支气管炎等。

**酸味：**宝宝胃肠功能紊乱所致。

**血腥味：**宝宝患鼻出血、消化道出血等出血性疾病。

**脚汗味：**患儿体内缺乏异戊酰脱氢酶，致使异戊酸代谢失常，滞留于血液中，其体表与呼出的气息会出现脚汗味。

**猫尿味：**宝宝患高甘氨酸血症，属于氨基酸代谢障碍疾病，因体内缺乏甘氨酸脱羧酶，引起甘氨酸代谢异常，造成血液、脑脊液以及尿液中甘氨酸滞留，便有类似于猫尿的气

味散发出来。患儿智力低下，血液中白细胞与血小板减少，易发生感染或出血。

**尿臊味：**患有慢性肾炎或肾病的宝宝，病情发展到慢性肾功能衰竭阶段，由于无尿，某些毒性物质（如尿素氮、肌酐等）不能排出体外而滞留于血中，使患儿呼出的气息散发出尿味，是病情危重的信号。

**大蒜味：**青少年不慎接触了有机磷农药，导致有机磷农药中毒，其呼气、呕吐物可散发出较浓的大蒜味。

**鱼腥味：**主要见于三甲胺尿症的患儿，这是一种较为少见的代谢缺陷病，其呼出的气息有一种鱼腥味。

专家提醒，也不是所有的口臭都意味着疾病缠身。比如吃了大葱、蒜、韭菜等气味强烈的食物，口腔内有积奶或食物残渣长时间存留，吃零食后不及时漱口等也会导致口臭。不过，这些都属于暂时性口臭，只要调整食谱、保持良好的卫生习惯即可消失。（风凰）



## 新生儿发热 不宜酒精擦浴



相信每个小宝宝都有发烧的经历。宝宝发烧让爸爸妈妈很揪心。如何让宝宝退烧成了年轻父母最关心的问题。酒精擦浴是一种简易有效的降温法，其优点是降温迅速、效果好，没有副作用。

然而，刚出生的新生儿尤其是早产儿、体温调节功能差，体温调节中枢发育尚未成熟，发热时不宜进行酒精擦浴。宝宝发烧时烫热的皮肤突然碰到冷水或酒精，反应会很剧烈，可能会引起抽搐，酒精的气味

又会使新生儿昏睡，像喝醉了一般，容易发生病情变化。（李龙）

**东方爱婴** 早教中心 特约  
西工：中寨商务大厦 305 63261759  
涧西：锦茂国际大厦 401 65198989

## 小儿打防疫针并非越多越好

打防疫针可提高儿童的免疫力，因此有一些父母总想给孩子多打几种预防针，以增强其对传染病的抵抗力。殊不知，打防疫针并非越多越好，有时还会产生不良后果。

计划免疫程序是通过大量科学试验而制定的，不能随意更改，既不能漏打、少打，也不可重打、多打。只要按照程序执行，完全可以保护儿童免受疾病传染。如果过多地注射疫苗，有时反而会使免疫力降低，甚至无法产生免疫力，这在医学上叫“免疫麻痹”。

另外，各种疫苗都是用病菌、病毒或它们产生的毒素制成的，尽管经过杀灭和减毒

处理，但仍有一定毒性。接种疫苗可引起过敏反应，轻则出现皮疹，重则发生休克。过敏反应的发生是随着打针次数的增加而增多的。所以，家长给孩子打防疫针要按照国家制定的计划免疫程序来施行，这样既可达到防病目的，又能减少副作用的发生。（庆伟）

**温馨提醒** 金宝贝国际 早教机构 特约  
地址：解放路新都汇3层  
电话：63122000  
网址：www.gymboree.com.cn