

8月初,天涯论坛上有个妈妈发了《求助! 宝宝两岁,发现O形腿,怀疑是纸尿裤惹的祸》的帖子,当天点击量过万,很多网友跟帖回复。其实,关于婴儿纸尿裤是否会导致宝宝O形腿的疑问一直存在——



宝宝O形腿 纸尿裤惹的祸?

造成宝宝O形腿的原因有哪些?

北京安太医院院长王稚晖介绍,造成宝宝O形腿的原因有很多,最主要的是缺钙和维生素D,从而引起骨头软、营养不良等症状。婴幼儿饮食单调、户外运动少、骨骼生长发育快等都是造成婴幼儿缺钙的原因。婴幼儿长时间处于姿势不良的状态也是引起O形腿的重要原因,如宝宝走路外八字、跪坐、趴着睡等都会引起腿部用力不均衡,最终导致O形腿。还有一种原因是家长过早让孩子站立、走路,婴幼儿的骨骼还没有完全发育好,站立时掌握不准用力点,引起膝外侧韧带松弛,造成O形腿。O形腿不是遗传病,但有一定的遗传倾向,因此遗传也是一方面的原因。宝宝受外伤也易导致腿部变形成为O形腿。

纸尿裤会造成宝宝O形腿吗?

王院长表示,宝宝的O形腿主要是上述原因造成的,与纸尿裤没有直接关系。然而,北京安太医院的杨焕玲主任却持有不同观点。杨主任认为,纸尿裤的选择、换用频率以及纸尿裤本身的设计等都会影响婴幼儿腿部的发育。

杨主任认为,现在市面上的纸尿裤种类数不胜数。部分家长在给宝宝选择纸尿裤时,以为稍微宽松点宝宝会舒服,就选择型号稍大的,其实,这样会使宝宝臀部不适。设计不合理的纸尿裤在吸水之后变宽,从而使宝宝大腿根部张开,宝宝长期处于这种不良姿势会引起骨骼生长变形。因此,家长要选择型号符合宝宝的纸尿裤。有的家长给宝宝换纸尿裤的频率比较小,经常等纸尿裤到了饱和状

态才换,这就使得纸尿裤吸水后重量增加,宝宝站立、走路时腿部负重,从而影响腿的着力点,引起受力失衡,影响骨骼发育。

宝宝患上O形腿怎么办?

如果宝宝真的患上O形腿,家长也不用着急,要先确定O形腿的成因,对症下药才是关键。很多家长发现宝宝有O形腿趋势时就盲目给宝宝绑腿,不仅起不到纠正作用,反而会影响宝宝的正常生长。王稚晖提醒,如果是因为缺钙和维生素D引起的O形腿,家长要侧重于均衡营养,及时为宝宝补充钙和维生素D,多带宝宝到户外晒太阳等。如果是因为宝宝姿势不良或者其他外力原因而形成的O形腿,则需要纠正用力点,如贴墙站立,双腿用力并拢等。

很多年轻父母没有经验,看到宝宝稍微

有点O形腿就很紧张,采取好多措施来纠正。其实,婴幼儿稍微有点O形腿是正常的,如果营养跟得上,慢慢会长好。

纸尿裤对宝宝腿部发育是否有影响虽然没有定论,但我们要重视宝宝生长的每个环节,要均衡安排宝宝的饮食,多带宝宝到户外晒太阳;同时,在选择宝宝用品时要格外小心,如纸尿裤、奶瓶、衣服等都要以设计合理、质量好、合适为主要标准,纸尿裤要勤更换,奶瓶要多消毒等。

(晓贝)

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8座1005室

不良走姿影响孩子大脑健康

走路时的正确姿势是,双目平视前方,头微昂,颈正直,胸部自然前挺,腰部挺直,收小腹,臀部略向后突,步行后蹬着力点侧重在跖趾关节。很多家长不太注意孩子走路的姿势,低头、弯腰、外八字,这些不良走姿不仅难看,还会影响孩子大脑的健康。

步态训练是脑病患者康复的重要课题。陕西西安交大医学院第一附属医院康复中心脑病科主任邓景元说,许多脑病患者通过有效的走姿训练,使大脑恢复了正常功能,可见正确的走姿是多么重要。

邓医生说,走路抬头挺胸有利于周身与大脑的气血回流,也就是说,抬头挺胸走路时,是让大脑得到休息的机会,这个姿势使低头工作的状态变为“阳气升发”的抬头状态,正好补

偿了人因为低头工作给大脑造成的紧张以及气血流通不畅。低头走路造成的结果是阳气不升,从而影响了大脑正常的气血供应。

人在走路时,全身经脉都跟着一起活动,含胸、弯腰的走路姿势让这些经脉得不到很好的舒张,身体得不到应有的供氧。此外,不良走姿所造成的脊柱问题会反射到大脑,使人无论在伏案工作还是走路时,大脑都处于紧张状态。白天的紧张得不到缓解,会造成大脑过劳,影响夜间睡眠。

内、外八字的走路姿势也是如此,外八字走路会使肝、脾、肾脏血流不畅,影响大脑血液的供应。内八字则影响胆、胃和膀胱的经络,而这些经络均在脊柱的周围,脊柱周围气血不畅,一样影响大脑的血液循环。

青少年常体现出的侧颈、斜肩的走路姿势会影响督脉的气血运行,造成气血不周,阳气不升。

邓医生建议,纠正不良的走路姿势,先从纠正站姿做起。你可以在家里对着大镜子自我检查,人在照镜子时会不由自主地挺胸抬头。走路时要注意保持端正的姿势,做到不偏不斜,不前倾。

(九建)

宝宝“歪脖”要及早治疗

“小儿肌性斜颈”俗称“歪脖”,是儿童中颇为常见的疾病,系一侧胸锁乳突肌发生纤维性挛缩所致的头颈部向患侧倾斜的一种先天性畸形。

目前该病的病因尚未完全明了,大多数医务工作者认为与损伤有关,如胎位不正、脐带绕颈、产伤、血肿等。

家长发现孩子有先天性斜颈症状后,应立即带孩子到医院就诊,由专业医生对病情作出诊断和评估后选择正确的治疗方案。小儿先天性斜颈的治疗越早越好。对于1个月~3个月的婴儿,由于发现早、病程短,可采用非手术的推拿疗法。病程在3个月~9个月的患儿,推拿治疗也有一定的效果。若推拿治疗无效或年龄超过3岁的患儿应考虑手术治疗。

家长也可配合开展小儿斜颈家庭疗法。

对于病程较短且歪斜明显的患儿,在其睡眠时由家长在患儿头部两侧各放置一个沙袋固定;用毛巾热敷斜颈部位,每天30分钟;母亲为其喂奶时,采用与畸形相反的体位;用玩具吸引婴儿将头部转向与畸形相反的方向;每天给婴儿做与畸形方向相反的有节律的颈部活动5次,每次维持2秒~3秒,重复10次~20次。

(王端祥)

亲子课堂 东方爱婴 早教中心 特约
西工:中泰商务大厦305 63261759
润西:锦茂国际大厦401 65198989

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

