

1 岁以上的宝宝 可以喝蜂蜜缓解便秘

一些新手妈妈见到宝宝大便秘稍不正常就提心吊胆,对此,辽宁省人民医院儿科主任医师胡国斌指出,婴幼儿的胃肠道功能还不健全,尤其是只喝牛奶的宝宝,很容易便秘。现在的牛奶里营养成分比较多,一些酶、蛋白质相对婴儿来说不容易吸收,相比之下喝母乳的宝宝便秘的概率就会小一些。

如果宝宝两到三天不解大便,而其他情况良好,有可能是一般的便秘。可以吃些益生菌类药物调节一下宝宝的肠胃功能。超过 1 岁的宝宝还可以喝蜂蜜,增加粗纤维食物的摄入来缓解便秘。如果宝宝出现腹胀、腹痛、呕吐等情况,就不能认为是一般便秘,应及时送医院检查。

(孙天娃)

► 育儿经



日本人的育儿经 (一)

许多朋友在国庆节期间带着孩子举家游玩,上演了现实版的“爸爸去哪儿”。当我们看到国外的幼儿教育方式时,便能发现国内外之间的差异巨大,其背后有着不同的育儿理念。

用包包锻炼条理性 在日本,办理入园手续的第一天,幼儿园就让妈妈给孩子准备若干个大大小小的包。

书包、装毛毯的包、装餐具的包、餐具盒、装衣服的包、装备换衣服的包、装换下来衣服的包、装鞋子的包等,而且对于包的大小也有规定,有的幼儿园甚至要求所有的包都要妈妈一针一线地缝制出来。孩子们要把自己的个人用品分门别类地整理好并放在统一的地方,常此以往从小开始锻炼孩子做事的条理性,我想日本人对垃圾精细分类处理而不觉其烦,也与这样的教育方式有关。

小孩拿包 大人空手 日本家长在接孩子下幼儿园的时候,手里一律空着,各种包都是由小孩子拿着,这在中国家长眼里简直难以接受,如果孩子累坏了怎么办?拿不动怎么办?由家长代劳拿东西倒是普遍现象。而日本家长认为培养孩子“自己的事情自己做”要从一点一滴做起,从而锻炼孩子的责任感和吃苦能力。



儿童感冒切勿盲目用药

秋季,早晚温差大加上天气干燥,小儿感冒高发成了不少家长头痛的问题。医院儿科专家提醒家长,孩子秋季感冒分两种,家长别盲目用药。预防小儿感冒,家长要从多方面入手,睡眠、穿衣、饮食等均要注意。另外,如果孩子感冒症状不严重,可采用物理方式退热。

气温不稳定是秋季感冒 主要因素

秋季是病毒性感冒多发的季节,气温降低,屋内门窗常紧闭,学校、家庭开窗通风时间减少,室内空气质量较差,容易导致病毒、病菌繁殖。秋季昼夜温差大,穿衣不当易受凉或受热。小儿喜动、出汗多,汗湿衣服不及时处理会很容易受凉等,这些因素都容易造成小儿患感冒。儿科专家介绍,秋季昼夜温差大,气温不稳定是感冒的主要因素。

每年秋季,医院就诊的感冒患儿就会逐渐增加,孩子们患感冒的原因多数还是和冷热交替有关,与早晚温差变化有很大关系,早晚气温较低,中午气温又偏高,孩子的衣物增减不及时,很容易着凉、出汗,引发感冒。

治疗感冒不用药的实用 方法

孩子感冒后,往往会出现

咳嗽、鼻塞、打喷嚏、流清水样鼻涕等症状。一般来说,感冒的恢复期在 7 天左右。孩子一旦患上感冒,应该让孩子多喝水多休息,防止造成脱水。另外,家长千万不能一遇到发热的症状就给孩子吃药,发热是因各种疾病引起的身体防卫性反应,如果一味着急降温可能会降低孩子本身的抵抗能力。

很多家长都认为感冒发热后要多穿衣服捂着,把汗捂出来,感冒就好了。其实,3 岁以下的孩子自身体温调节能力很弱,特别是在感冒发热时,体表温度更高。这时家长要做的,是帮孩子散热,保证温度降下来才是关键。反之,如果此时捂得过严,孩子很容易虚脱。因此,入秋降温后要及时给孩子增添衣物,一旦感冒特别是发热后,反而不要再给孩子加衣服了。

(侯倩)

动作不协调可能是弱视

孩子写字忽大忽小、学习成绩差、运动不协调,如走路易摔跤、易撞门框、做事毛手毛脚等,除智力因素外,很可能是弱视惹的祸。典型的弱视患儿视力差、缺乏立体视觉,所以对外界物体的位置、深浅、凹凸、形状等判断有误,看到的与实际不相符。如果不及早治疗,对孩子今后的工作和生活都会造成影响。

儿童的视觉在 6 岁前发育迅速,孩子 2 岁以内的视力发育对其尤为重要。先天性因素如高度远视、散光、先天性白内障,以及后天用眼不当等因素都会造成视觉发育障碍,引起弱视的发生。如果及时发现致病原因,用合适的

手段进行干预,也可逆转不良发育过程。儿童的视力在 6 岁前称为可塑期,也是矫治弱视的最佳年龄,及时进行干预治疗可基本痊愈,如果超过 12 岁,视力恢复的难度将加大。

家长需注意的是,看见和看清楚是两个概念,所以,在日常生活中,家长要注意观察孩子弱视的蛛丝马迹,如看电视、看书凑得很近,看东西眯眼、斜眼或斜着头,目光不能追随移动的物体,对强烈的光线没有眨眼反射等。此外,家长应重视孩子眼部保健,从孩子 6 个月开始,每半年带其进行一次屈光筛查。

(耿海华)

► 小小文学家

我的家在哪里

南阳路一小四一班 孙凯贝

指导老师 郎 静

相信大家对电池都不陌生吧,它的作用可不小,生活中到处都可以发现它的踪迹。可是,电池的作用再大,也总会有没电的一天,然而废电池的家到底在哪里呢?针对这个问题,我们小组展开了讨论。

“是在这里吗?这是一片广阔无垠的海洋。一粒纽扣电池能在这里污染 600 立方米水源,抵得上一个人一生的用水量,还会害死这一区域里的鱼类!难道就要让这一个个小小的电池毁了一处水源吗?当然不行,它的家不在这里。”我这样说着,其他成员也纷纷点头。

“在这里吗?这是一块儿适合种花草的土地。一节一号电池烂在像这样的土地里,能使一平方米的土地失去利用价值,我们也会少了一块儿绿地,我们不能毁了一块儿可以利用的土地呀!显然它的家也不在这里。”和思妤也说出了自己的想法。

“那他真正的家到底在哪里呢?”董家展问。“我知道了,废电池的家是废电池回收站,把废电池放在那里不会对环境有危害。”“对,废电池回收站是废电池的家!”组员们高兴地说。

废电池不能乱扔,海洋、土地不是它的家,在那里它会对环境造成危害,废电池回收站才是它的家,它在那里很安全。

► 童言无忌

把太阳关掉

我小外甥小时候很喜欢睡觉。一次,他一直睡到太阳照到他的脸。只听他喊道:“把灯关掉!把灯关掉!”我告诉他那是太阳后,他又不耐烦地喊:“把太阳关掉!”

(网友提供)

