

小儿秋季腹泻的治疗与护理

秋天是小儿腹泻的多发季节,由于小儿“脏腑娇嫩,形气未充”,当喂养不当、冷暖失调时,极易导致腹泻。该病是儿科常见的消化道疾病之一,临床以大便次数增多,排出黄绿色有黏液的稀便为主要特点,也有的患儿大便中夹有白色奶瓣或排泄物呈“蛋花汤”样,可伴有发热、精神萎靡、哭闹不安等症状。病情严重时,可见口渴、唇红、呕吐、目眶凹陷、皮肤干燥、肌肉弹性降低。

小儿腹泻的治疗,可选择以下方法:

一、小儿推拿。这种方法具有简便、安全、效果佳、省钱的优点,应作为首选的方法,主要选用补脾经、推大肠、揉龟尾、摩腹、推七节、运土入水等穴位。



二、中医药。可根据患儿的年龄选择内服或外用两种给药途径,内服药物可选用七味白术散(藿香、人参、白术、葛根、茯苓、木香、甘草)或葛根苓连汤,外用药物则可以温脾膏、暖脐膏贴敷脐部。

三、西医药。主要包括控制感染,补液纠正水、电解质和酸、碱平衡紊乱状态,以及对症治疗等。

小儿腹泻的护理应注意以下几点:

一、注意保暖,特别是腹部、足底。

二、防止臀部感染,可用接近体温的淡盐水清洗,擦干后局部涂以消炎软膏,勤换尿布,保持臀部皮肤的清洁干燥。

三、控制饮食,减少喂奶次数及时间,不食用妨碍

消化的食物和水果。

四、保持口腔清洁,适当补充水分。

五、伴有呕吐时,应让患儿侧卧,防治呕吐物吸入气管或流入耳道。

六、注意患儿体温、大便、精神等病情变化,发现异常及时就医。

(刘明)

儿童吃盐过多引忧虑

据美国疾控中心发布的一份报告显示,90%的美国儿童盐摄入量超标,他们每天钠(盐的主要成分)平均摄入量为3.2克,而美国官方的建议是儿童每天钠摄入量不应超过2.3克。

“太多的孩子吃了太多的盐,而后果就是他们将来面临患高血压病和心脏病的风险。”美国疾控中心主任托马斯·弗里登在一份声明中说,“减少盐摄入量,将会帮助我们的孩子避免悲惨而昂贵的健康问题。”

美疾控中心建议,父母应让孩子多吃水果蔬菜,帮助孩子培养少吃盐的饮食习惯;学校的自动售货机、小卖部和餐厅应提供少盐食品。

(林小春)

童言无忌

你这么高不用睡了

已经是晚上9点了,女儿却毫无睡意。我对女儿说:“约约,你要睡了,不睡长不大长不高的。”女儿笑嘻嘻地对我说:“你已经长这么大这么高了,那你可以不用睡了。”我瞠目结舌。(网友提供)

育儿经



日本人的育儿经(三)

踢足球锻炼孩子的勇气

女孩子踢足球

日本幼儿园的孩子到了年中组,开始上每周一次的体育课;到了年长组,就有了足球大会,孩子们每天不是练习打鼓,就是练习足球,而且不停有幼儿园之间的比赛,女孩子的身上也是青一块儿、紫一块儿的,但是体力和勇气都练出来了。

教孩子学会“笑”和“感谢”

日本幼儿园的孩子没有课本,只有每月一册的绘本。

学校的教学计划中,完全没有数学、绘画、音乐这些项目,更别说英语、奥数了。学习的重点居然是“教孩子们学会笑眯眯和说谢谢!”虽然没有多少知识性教育,但是孩子通过综合的教育方式,往往能在

音乐、美术、阅读等方面有更大的进步,这的确很令人出乎意料。

一年到头数不清的活动

一年到头不知道爬多少次山,看多少次湖,观察多少次动物和植物,除此之外,像捡橡子、打年糕、开运动会、为社区演出等,反正是名堂多多。日本的幼儿园提倡生命在于活动。

从幼儿园开始过传统节日

日本幼儿园过一切他们自己的传统节日,女孩节,男孩节,纳凉节,除此之外,中国的正月初七的七草节、二月的节分、七七乞巧节都认真地过上一遍,并且要孩子自己制作手工艺品,让孩子牢记传统文化,培养自豪感。

(本报综合摘编)

小小文学家

“小眼镜”的生活

阳光外语学校 庞钟宇

指导老师 孙瑞芳

我的好朋友田畅是一位名副其实的“小眼镜”,近几天,因为扩瞳的原因,他每天都得借助放大镜看物体。这到底是怎么回事?下面,我就来说说他的生活。

田畅的眼睛是属于远视,隔一段时间复查时要进行扩瞳,这让他很难受。扩瞳使他在之后几天内都要用放大镜才能看得清楚。现在,田畅眼睛的远视程度好了一些了,可医生建议:“你需要重新配镜,这样,对校正眼睛的远视效果会更好。”田畅以前写作业的字体特别工整,但自从他戴上眼镜之后,就慢慢退步了。他在做跑步、跳绳等运动时必须格外小心,生怕眼镜掉下来摔个粉碎。他在玩电脑游戏时,发现敌人就在眼前,正准备按下攻击键,随即又发现敌人已经跑远了。下雨时,眼镜片上常被雨水冲的一片模糊,只能像个盲人一样摸着墙回家。写作业时,因为看不清楚,只能拿着放大镜看一个字写一个字,速度特别慢。

唉!戴上眼镜可真是太痛苦了!所以,我们要注意保护眼睛,不让自己成为“小眼镜”。

了解孩子成长不同阶段的“心结”

如今,未成年人的心理健康越来越受到关注和重视。需要注意的是,在孩子成长过程中,家长需要了解孩子不同年龄阶段的心理特点和可能会发生的“心结”,给孩子创造一个阳光的成长环境。目前,大多数家长对孩子成长过程不同的心理特点关注较少,缺乏相应的“敏感”。许多家长认为小孩儿没有烦恼,对孩子的内心世界知之甚少。

从临床门诊来看,不少孩子的心理问题是因为被家长忽视所造成的。当孩子出现问题后,家长往往会从自己本身的经验归纳出问题的原因,而没有认真了解孩子成长中的不同心理特点。在孩子成长过程中,每个不同的年龄段都会呈现不同的心理特点,家长需要多了解这些知识,及时帮助孩子梳理内心,寻找解决方案,而不是用成人世界的“大道理”强加于孩子身上。

另外,对孩子进行心理咨询的时候,最好是家长也一同参与,才能更好地剖析问题产生的原因,让家长对孩子的内心世界更加了解。这样,孩子才能在家庭环境中得到理解和支持。(袁茵)