

新生儿护理的五大误区

本报记者 贾忠英

宝宝出生后便成为全家人精心照顾的对象。然而,面对娇嫩的小人儿,很多新手妈妈缺乏护理经验,老一辈人的一些旧的护理方法缺乏科学依据。为此,我们邀请青海红十字医院产后一病区护士长刘紫鹃为新手妈妈们指点迷津。



误区一:绑腿 预防罗圈腿

前段时间,26岁的刘女士刚刚生了宝宝,帮忙照顾孩子的婆婆用小白被和布条将宝宝捆绑成了“蜡烛包”,并说这样能预防罗圈腿。第一次做妈妈的刘女士觉得这样做对孩子发育不好,但面对带孩子经验丰富的婆婆,刘女士只好让步了。

刘紫鹃护士长介绍,孩子刚出生的时候,由于在妈妈肚子里都会有点O形腿,两岁左右会自己变直,然后又由于生长发育的原因,开始变得有点X形腿,到了7岁左右又会变直。大约两岁之前孩子有点O形腿,在2岁到8岁有点X形腿是正常的,要是孩子一生下来腿就笔直挺立反而可能不正常。

事实上,绑腿不但对孩子腿的形状没帮助,反而可能造成一些危害。比如发育性髌关节脱位。髌关节主要由髌臼和股骨头组成,在婴儿期,髌关节还处于不稳定期,如果孩子下肢可以自由活动,当他像青蛙一样外展,股骨头就处于髌臼里。如果孩子下肢被绑得笔直,股骨头就可能跑到髌臼外面去了,让他们失去构成稳定髌关节的条件,髌臼变狭变浅,股骨头和股骨颈也会变形,形成发育性髌关节脱位,严重的甚至需要手术治疗矫正;压迫有可能导致婴儿皮肤损伤、肢体缺血。婴儿的皮肤组织很娇嫩,布带长期压迫也可能导致皮炎、破损、感染。此外,用布带之类的绑腿,操作不当还可能压迫血管,导致肢体远端缺血。尤其是婴儿不能说话,晚上睡觉时即便发生肢体缺血家长也可能发现不了,结果就可能造成肢体坏死。虽然这种极端的情况很少发生,但如果这样做不会对孩子有任何好处,自然没必要去冒这些风险;绑腿还有可能影响发育进程。婴儿处于快速发育阶段,肢体的自由活动对运动发育至关重要,坐、爬、站、走都需要下肢的参与,长时间固定下肢或多或少会影响发育的进程。

误区二:满月剃光头

一些人认为,满月剃光头可使孩子成年后毛发粗黑,还可以预防头上长疮。而真相究竟如何呢?刘紫鹃护士长介绍,人的头发并非静止不变,而是每天都在除旧迎新。头发的生长周期一般为2至5年,此后便会进入休止期而逐渐萎缩、脱落。满月时剃的头,即便催生出了更粗的头发,这些粗发也早在三五岁

时便自然脱落了,不会影响到成年以后的头发。婴儿皮肤薄嫩,对刮剃刺激较为敏感,容易在剃头后出现局部发红,甚至形成风团。且婴儿往往难以安静地配合剃头,万一扭动、挣扎,普通剃刀容易伤着孩子。如果父母暂时不打算给宝宝蓄发,可以选用儿童专用安全理发器,将头发理短即可。



误区四:给宝宝把屎把尿

听说给孩子把尿可以促进孩子规律排便,孩子出生几个月开始,王女士每天便给孩子把尿。有时,半夜孩子睡得正香,她也会抱起孩子把尿。

刘紫鹃护士长介绍,不当的把屎把尿,对宝宝有一定的潜在危害:容易引起新生儿髌关节发育不良,也容易造成宝宝尿床。孩子首先要能感知尿意和便意,随后学会协调自己的肌肉组织来控制何时大小便,通常要在4岁左右才学会这些技能,一些孩子到5至7岁

后才学会夜间控尿也是正常的。如果把尿过于频繁,宝宝的膀胱始终没有办法感知到充盈,宝宝就没有机会学会协调括约肌和逼尿肌功能,不会自主排尿,长大后很有可能习惯性憋尿,甚至尿床。同时,经常给宝宝把屎把尿还会造成宝宝如厕的心理障碍,让孩子对排便有排斥心理和恐惧感,不由自主憋着,从而引起便秘。因此,建议家长还是尽量不要把屎把尿,遵循孩子自身发育特征,在孩子学习如厕上,多给孩子一点时间和耐心。

误区三:过早添加辅食

有的宝妈担心宝宝光吃母乳或奶粉这类液体的食物吃不饱,营养跟不上,便给两三个月大的宝宝开始喂鸡蛋羹等辅食,一些人甚至将馒头泡软了喂给孩子。

世界卫生组织通过的新的婴儿喂养报告中提倡前6个月纯母乳喂养,6个月后在母乳喂养的基础上添加辅食,母乳喂养最好坚持到1岁以上,以奶类为主其他食物为辅。辅食添加过早容易引起宝宝过敏、腹泻等问题,同时会减少对母乳的摄入量,使宝宝营养无法得到保证,辅食添加过晚的话,宝宝不能及时补充到足够的营养。

误区五:穿太多衣服睡觉

张女士怕宝宝夜里睡觉蹬被子着凉,便给宝宝穿一件薄毛衣睡。

刘紫鹃护士长建议,睡觉不宜穿太多。被窝湿度较高,加上宝宝代谢旺盛,容易让宝宝大汗淋漓,甚至发生虚脱。特别是发烧后,宝宝本来体温就高不舒服,再给宝宝穿太多或者用厚被子捂汗更不利于健康。

春夏时节 注意防范手足口病



每年4月至6月是手足口病的春夏季流行高峰。疾控专家提醒,孩子要注意防范手足口病。

手足口病是一种儿童常见传染病。大多数患者症状轻微,以发热、口腔黏膜疱疹或溃疡、手、足、臀等部位皮肤出疹为主要特征,7至10天后可康复。少数患者会出现严重的并发症,如脑炎、肺水肿、心肺功能衰竭等。发病人群以5岁及以下儿童为主,重症、死亡主要集中在3岁以下儿童。

目前,针对肠道病毒71型(EV71)的单价

疫苗已上市,可有效预防EV71相关手足口病,显著减少重症和死亡的发生。接种EV71疫苗的适龄儿童为6月龄至5岁,建议尽早接种,低龄儿童尽量在12月龄前完成接种程序。如既往手足口病是由EV71引起的,无须再接种EV71疫苗。

此外,保持良好的个人卫生和环境卫生也是预防手足口病的重要手段,具体包括:注意手卫生,饭前便后、处理呕吐物或更换尿布后要洗手;打喷嚏或咳嗽时用手绢或纸巾遮住口鼻;不与他人共用毛巾或其他个人物品;避免与手足口病患者接吻、拥抱等密切接触;对儿童常接触的玩具、家具等进行清洁和消毒。为防止将病毒传染给他人,患病儿童应居家隔离至康复后一周。

(来源:《长沙晚报》)

本版图片均为资料图片,请图片作者和摘录稿件作者与本报联系,即付稿酬!

乳牙坏了不用治?

有人认为,“乳牙不重要,也不用补,反正早晚要换牙,省得小孩子去医院遭罪”。对此,北京市中西医结合医院口腔科主治医师赵晓燕表示,乳牙是儿童咀嚼器官的重要组成部分,当乳牙出现牙齿表面变粗糙、牙面变黑,并且出现牙洞、食物嵌塞、疼痛等症状时,需要及时去看牙医。严重的乳牙病变,会危害尚未萌出的恒牙,新牙的牙胚就在颌骨内乳牙牙根的下方,当乳牙上出现龋洞,进而发生牙齿根尖周围炎症时,容易引发脓肿。而新牙的牙胚在炎症和脓液的环境中发育,就可能出现新牙釉质发育不全、新牙异位萌出等问题。

赵医生特别提醒,更重要的是,乳牙对恒牙的萌出会起“向导”作用。乳牙的牙根下有继承恒牙的牙胚,乳牙到了替换年龄就要脱落,继承恒牙就要在乳牙原来的位置长出。乳牙如果过早地丧失,邻牙就要发生移位,乳牙原占的空间就会缩小。继承恒牙因空间不足而萌出于不正常的位置,则会造成恒牙排列不齐。

不听不知道,一听吓一跳。由此可见,乳牙坏了危害很大,不能视而不见,一定要及时去医院治疗,免得埋下终身隐患。

(来源:《工人日报》)