

# 含双酚 A 的奶瓶不用为佳

所谓双酚 A，简称双酚基丙烷（BPA），是 PC 塑料的重要原料。在人们生活的各个角落都能见到 PC 塑料的影子，如食品包装容器、婴儿奶瓶等儿童用品，都可能含有双酚 A。

欧美的科学家已经证明了，

双酚 A 在加热时能析出到食物和饮料当中，它可能扰乱人体代谢过程，对婴儿发育、免疫力有影响，甚至致癌。此外，双酚 A 有雌性激素效果，可能会导致婴儿出现女性化变化。所以，欧盟宣布从 2011 年 3 月 1 日起禁止生产含双酚 A 的塑料奶瓶，6 月起禁止任何双酚 A 塑料奶瓶进口到成员国。

其实除了 PC 奶瓶以外，还有玻璃、PP、PPSU 等奶瓶可以

选，而这些都是不含双酚 A 的安全材质。宝宝 3 个月以前完全可以用玻璃奶瓶喂奶，3 个多月后小家伙开始想要自己抓握时，就换用 PP 或 PPSU 的塑料奶瓶。PPSU 呈高贵的茶色，晶莹剔透耐 180℃ 高温，不过价格也贵许多。对工薪阶层来说，最适合的还是 PP 的，虽然不是最晶莹，但比 PC 安全，绝对不含双酚 A，价格又相对 PPSU 要低不少，非常实惠。

常怡勇

相关链接

## 如何辨别含双酚 A 的奶瓶？

每种塑料都有自己的代码，家长们可以将宝宝的奶瓶翻转倒置，在瓶底会有个三角回收标志，三角标志中会有数字，仔细辨认，当标有的是 1、2、4、5 时，是比较安全的，但如果三角标志中间有一个“7”或“58”，在下面还可能写着 pc 时，该产品就有可能含双酚 A。

## 巧用奶瓶 降低危害

首先，在使用时请勿加热；尽量不要使用或少用洗碗机或洗碗机等来清洗奶瓶；避免在阳光下直射奶瓶；第一次使用前用小苏打粉加温水进行清洗，然后放在室温中自然晾干，释放双酚 A 含量；当容器有任何摔伤或破损，建议停止使用，因为这些塑料制品表面如果有细微的坑纹，是很容易藏细菌的；要及时更换，不要反复使用已经老化的塑料器具。



## 小小红球 轻松检查新生儿视力

通常宝宝刚出生时大部分时间都闭着眼睛睡觉，即使醒了也只偶尔睁一下眼睛，并且眼睛茫然无光。许多年轻父母们就认为宝宝刚生下来是看不见东西的，其实这是错误的观点。

事实上，宝宝出生后就有了视力。如果你仔细观察就会发现，在强光的照射下，宝宝会闭眼，几天后，宝宝就能看到眼前晃动的手，人的脸，特别是照顾她/他的母亲的脸。在宝宝出生 2-3 周后，他就能看到眼前 20-25 厘米处的东西，

并且在睡醒、安静、情绪饱满的状态下能短暂地注视物体。宝宝的这种能力可以帮助我们检查他/她是否有视力。方法如下：

做一个带绳的红色毛线球，直径大约 7 厘米，绳长 30 厘米，在宝宝吃饱、睡醒、精神饱满的状态下，让宝宝仰卧在床上，提起绳让红毛线球处于宝宝脸部上方大约 25 厘米处，轻轻转动红毛线球，观察宝宝是否能看到。

若明确宝宝在看，再慢慢地在宝宝脸上方左右移动红毛线球，移动时，还可使毛线球轻轻摇动或旋转，引起宝宝的注意。若宝宝的眼睛能跟随移动的红毛线球，则说明此时宝宝的视力良好。相反如果宝宝的眼睛不能跟随移动的红毛线球转动，则说明宝宝的眼睛可能有问题，应引起父母重视，带其上医院看眼科医生，以排除眼病。

郑月莲

儿科门诊

## 大龄儿童感冒 易并发心肌炎

8 岁的明明 3 周前得了感冒，当时吃了一些感冒药，症状也逐渐减轻了。可最近 3 天，明明说胸闷，走路很累，妈妈带她到医院检查，结果诊断为病毒性心肌炎。

专家提醒，病毒性心肌炎以大龄儿童较多，多数在 6-12 岁时期。上呼吸道感染后，轮状病毒、萨奇病毒、腮腺炎病毒都可能入侵心肌，在儿童抵抗力弱的时候，尤其会损伤到心肌，导致心内膜炎和心包炎。

春季气候变化无常，正是儿童感冒的高发季节。因此，对大龄孩子在感冒后 1-3 周，出现无精打采、面色苍白、乏力、多汗、食欲不振、心悸、气短、胸闷、胸痛、心前区不适，甚至心前区疼痛或压迫感，心跳慢或心跳快和心跳不整齐，以上任何表现持续存在，都要警惕是否得了心肌炎，并带孩子到医院检查。也有的孩子感冒后没有上述的表现，而只是感到小腿肌肉疼痛，

这是病毒侵犯腿肌的表现。

因此，家长在孩子感冒时要仔细观察孩子的症状及表现，由于病毒侵犯心肌，使机体缺氧，即使退烧了，脸色却总缓不过来，面色发灰、眼眶发青、口唇发紫。严重时，患儿面色苍白，多汗，手足发凉，出现心律失常等。且病毒性心肌炎是青少年猝死的最主要原因，所以，对于孩子的感冒尤其要多多个心眼。

目前，治疗病毒性心肌炎还没有特效的药物，但患儿家长也不要太大的精神压力，因为病情较轻的患儿完全可以治愈，只有极少数的患儿会发展成为慢性心肌炎或扩张型心肌病。

家长要注意的是，预防患儿反复病毒感染，患心肌炎的儿童要多休息，吃易消化的食物，多吃水果，积极配合医生进行治疗，每半年到医院复查一次。

山东中医药高等专科学校 祝建材



张莹是个新妈妈，面对品种繁多的各种尿布、纸尿裤、开裆裤、密裆裤等等，她真不知道什么时候该给宝宝穿什么裤才好。儿科专家认为，什么阶段使用哪一种，妈咪们要根据实际情况来安排。

纸尿裤用起来虽省心省力，但很容易引起宝宝红屁股。给宝宝选品质好一些的纸尿裤，并且一片纸尿裤的时间不要使用过长。此外，最好只在夜间给宝宝用纸尿裤，因为这样不影响宝宝睡眠，换纸尿裤时最好用清水给宝宝洗一洗小屁屁，涂点护臀膏。

如果不用纸尿裤，就用白色全棉的尿布，或旧的棉毛衫，早点训练宝宝端尿。正常情况下，宝宝要大小便时，面部表情会不一般，或者嘴里念叨着，家长只要平时注意观察就好了。

6 个月前婴儿白天出门或夜晚穿纸尿裤，9 个月的宝宝白天已经完全可以把尿了，1 岁学习走路的孩子最好少用或不用纸尿裤，因为长时间用纸尿裤对孩子腿形发育很不利。

穿开裆裤会使孩子外阴部感染和受伤的几率增多，孩子腿部也不太暖和，穿密裆裤时最好选择天气暖和的时候。当宝宝长到 1 岁半时，里面可以穿开裆裤外面穿满裆裤。家长千万不要因为怕宝宝尿裤子而不敢给孩子穿，越早训练越好。

李文香



## 宝宝要睡枕头吗？

婴儿一出生时大部分时间都是在睡觉，那么需要睡枕头吗？什么时候需要睡枕头？下面就告诉大家这些小知识吧。

由于新生儿的脊柱是直的，故平躺时，背和后脑勺在同一平面上，不会造成肌肉紧张状态而导致落枕；加上新生儿的头大，几乎与肩同宽，侧卧也很自然，故新生儿宝宝是无需睡枕头的。最多用成人洗脸的毛巾叠成四折当枕头用。如果头部被垫太高了，反而容易形成头颈弯曲，影响新生儿的呼吸和吞咽，甚至可能发生窒息等意外。民间喜欢给新生儿枕上又硬又高的枕头，这样反使新生儿脊柱的发育受到了影响。当婴儿长到 3-4 个月会抬头的时候，颈部的脊柱开始向前弯曲，这时为使睡眠时体位合适，就应用枕头了，可枕约 1 厘米高的枕头。

当婴儿长到 7-8 个月开始学坐时，其胸部脊柱开始向后弯曲，肩也发育增宽，这时孩子睡觉时枕头应逐步增高，可枕 3 厘米高左右的枕头。过高、过低都不利于睡眠和身体正常发育，经常枕过高枕头容易形成驼背等畸形。

另外，孩子睡觉时，容易出汗，且容易哭吵流泪，并且喂牛奶时也可能弄脏枕头，故枕头上常会留下许多汗渍或污垢，所以，经常给孩子洗晒枕头是非常有必要的，以免引发一些过敏性疾病或皮肤病。

李军