

甜蜜之吻 引发高烧

王奶奶才从乡下到长沙来带孙子没几天,小孙子就发起了高烧,不吃东西。以为孩子感冒了,儿媳带孩子到医院看病,回来后就对她发脾气,说医生诊断出来是“亲吻病”,便怪她老是亲孩子。王奶奶从来没听说过亲孙子还能让他生病的,她感到很委屈。确实,看到可爱超萌的宝宝,谁都会忍不住亲上一口,何况是自己的亲孙子。那么,王奶奶的甜蜜之吻,真有那么“毒”、能让孩子因此生病?

确实有“亲吻病”这一说法,而且在孩子中并不少见。实际上“亲吻病”只是一个噱头,这种病全称叫传染性单核细胞增多症,是由EB病毒所致的急性自限性传染病。事实上“亲吻病”并非特指通过亲吻(口-口)传播,唾液也可能是传播的途径。很多人会想到亲吻病通常应该出现在成年人,但事实上,5岁以下的孩子是亲吻病的高发人群。由于孩子小,自我的免疫系统不完善,抵抗病毒能力差;加上孩子小,语言动作都是那么的萌动可爱,家长们忍不住地亲吻;还有的老人会将食物咀嚼碎后喂给孩子,此时在

亲吻和不恰当喂养的时候将病毒传染给宝宝。

该病一年四季均可发病,以秋末至初春为多,潜伏期在1-2周,起病急缓不一,症状与普通感冒相似,也有喉咙疼痛、发烧、颈淋巴结肿大、身体疲倦、食欲低下等症状。但相对于感冒来说,亲吻病还有其特殊性,得病后会出现后脑勺淋巴结肿大、肝脾肿大现象,病情严重时,口腔粘膜还可能出点状成簇性出血样小红点,甚至发展到牙龈,随后机体皮肤出现小红丘疹或靶心样丘疹。这种疾病具有自限性,一般会在10天左右自动痊愈。

三类婴儿好发“尿布疹”

尿布疹,俗称“红屁股”,发生于覆盖婴儿尿布部位的局限性片状红斑或生水疱的病症,是一种皮肤炎症病变。

婴儿出现尿布疹原因有很多,不一定是与纸尿裤有直接关系,有可能是父母日常给宝宝换尿布时用湿纸巾、毛巾擦拭,还没有等皮肤彻底干透就给宝宝穿上了纸尿裤,从而导致局部皮肤潮湿。另外,给宝宝擦拭时力度过大,也可引起局部皮肤摩擦受损、破溃,增加了局部皮肤继发细菌或霉菌感染,就形成了尿布疹。当然也可能是孩子对使用的尿布过敏。

尿布疹一般好发于三类婴儿。一是早产儿,低体重儿。这些宝宝的皮肤角质层较薄,通透性高,所以对外部刺激物的抵抗力弱。二是配方粉喂养儿。配方粉喂养的宝宝粪便中消化酶含量较高,对肛周皮肤的刺激性也较大。三为腹泻婴儿。由于腹泻时,大便易附着于臀部皮肤上,刺激出现皮疹,甚至破溃,增加了尿布皮炎的发生率。

发现婴儿尿布疹后,家长要保持其局部皮肤清爽干燥,少覆盖,多晾晒。可以在家用灯烤患处,首先保持室温适宜(26℃左右),整个烤灯的过程切忌涂抹油性药物。每次大便后可以用温水清洗,不用任何化学洗剂,不用湿纸巾擦拭,自然晾干。待患处彻底干透后,根据情况适当涂药,保持局部皮肤透气。如发生严重破溃,应立即就医,遵医嘱用药。

湖南省儿童医院新生儿科 戴圆

冬天洗澡防着凉

洗澡是生活所需,在冬天特别是没有暖气时候,大人洗澡都觉得很冷,很难忍受,更别说耐寒能力较差的宝宝们了。宝宝对冷热敏感性较低,就算是受凉时,宝宝也不会出现特别大的反应,但妈妈需要格外注意,以免宝宝生病。掌握以下几点,可有效避免宝宝着凉。

澡盆适宜 因为宝宝太小,淋浴并不适合,合理选择澡盆非常关键。冬天洗澡时,如果宝宝的整个身体都浸泡在温水中,着凉的概率也会明显降低。妈妈们再选择澡盆的时候,长条形澡盆适合几个月的小婴儿,洗澡桶则适合较大的宝宝。

水温适宜 宝宝皮肤非常娇嫩,洗澡水温过高的话,会导致宝宝的皮肤干燥,水温过低的话,宝宝又

极易发生感冒。为宝宝洗澡前,妈妈可通过事先准备好的水温计对水温进行测定,一般38℃-39℃最为合适。也可采用手腕试水温的方式,最好不要用手指,手指测量水温并不准确。

出浴后立即浴巾包裹 泡在水里时宝宝并不会感觉到冷,刚从水里出来的时才是宝宝最冷的时候。此时,要准备一条专门给宝宝使用的浴巾,将宝宝的整个身体包裹住,稍大一点的宝宝,可在包裹大浴巾并尽快擦干后立刻穿上保暖的衣服。

控制好洗澡时间 水温在冬天的时候会快速降低,所以宝宝最好不要洗澡时间过长,10-15分钟最为适宜,以免受凉或加速皮肤干燥。

湖南省儿童医院 周赛君

■ 喂养宝典

宝宝偏食 这么做试试

宝宝偏食是一种不好的饮食习惯,既不利营养的摄入又不利身体的发育。由于儿童对食物不感兴趣吃的少,或只挑自己喜欢的食物,会造成体重下降、面黄肌瘦、皮肤干燥,甚至出现贫血、低血糖、体温下降、营养不良。那么家长如何预防宝宝偏食呢?

榜样示范法 家长以身作则,不偏食、不挑食,要带着宝宝吃,吃饭时总要对每种食物表现出很香、很满意的神色。

亲身体法 鼓励宝宝做餐前

服务,家长可以利用他们好奇、好动的天性,让他们帮忙摆桌椅、端菜碟、分碗筷,甚至在做菜时让他们帮忙洗菜、拿佐料。在制作过程中,让宝宝充分发挥其创造力,面对自己参与劳动所得的成果,宝宝自然会胃口大开。

气氛营造法 不管是什么原因,家长切忌在宝宝进餐时恐吓、责骂或以其他方式惩罚宝宝,影响其食欲。要善于营造就餐时的快乐气氛,使宝宝心情愉快,乐于进食。

期待奖励法 宝宝都渴望得到家长的奖励。当一些宝宝不爱吃蛋黄时,可以适当答应给他们买某种玩具,或者带他们到公园去玩,鼓励宝宝吃下去。宝宝吃了后及时表扬,并且一定要兑现诺言。

兴趣抑制法 全面了解偏食宝宝的需求心理,当他不吃某种食物时,就停止他认为最有兴趣的活动,如看动画片、逛动物园等,这样宝宝就会勉强忍受不愿吃的食物,时间一久,就能收到成效。

湖南省儿童医院 谌顺丽

■ 育儿心得

右侧睡姿宝宝安

人的睡眠姿态有多种:仰卧、俯卧、侧卧。不同的睡姿对婴幼儿的身体发育有不同的影响。哪种睡姿对宝宝的发育更好?

第四军医大学唐都医院儿科主任王宝西介绍说,仰卧是大多数幼儿采用的一种睡姿,但其实仰卧并不是一种可取的睡姿。首先,宝宝进食后胃部胀满,平躺容易溢奶,若果奶汁进入气管会引起窒息,或呛入咽鼓管造成中耳炎。仰卧时,小儿喜欢将手放在胸前,压迫胸部,导致小儿常做噩梦,引起紧张、惊厥,睡眠质量下降。

有的宝宝喜欢趴着睡,觉得这样四肢放松。小儿两岁左右面部软骨才开始变硬,在这以前,即使是轻微受压,也有使面部软骨变形的危险。更严重的是,趴着睡容易压迫心脏,影响心肺功能,造成呼吸不畅,影响小儿的正常发育。

在侧卧姿势中,左侧睡眠会对心脏产生轻微压力,影响血液循环,也不宜长期采用。相对而言,右侧睡眠是比较好的。它不仅可以使身体放松,还可以避免以上几种睡姿的不利影响,使小儿在睡眠中得到好的休息,又有利于小儿的发育,使宝宝的前额和枕骨都不受挤压,是值得提倡采用的小儿睡姿。

但是,这并不是说小儿可以固定采用一种睡姿。在小儿头骨尚未发育成熟的时候,长时间固定向一侧睡,一侧头骨长期受压,是很容易变形的。所以,家长应经常为小儿更换睡姿,在主要使用右侧睡眠的过程中,也可以适当采用仰卧、左侧卧睡眠。

丛墨涵