

小儿贫血

要追根溯源



生理性贫血

由于宝宝在胎儿期处于一种相对缺氧的状态,红细胞生成素合成增加,这个时候的红细胞数和血红蛋白含量都是比较高的,血红蛋白含量可高达150-220克/升。出生之后,随着自主呼吸的建立,血氧含量增加,红细胞生成素减少,红细胞数和血红蛋白量逐渐降低,到2-3个月的时候,降至最低值,约100克/升,出现轻度贫血,之后又会缓慢增加。这是一种生理性贫血,是小宝宝对环境改变的一种调适现象,不需要治疗。

缺铁性贫血

由于体内铁缺乏时,血红素生成不足,进而血红蛋白合成减少,缺铁性贫血为一种小细胞低色素性贫血,临床上可表现为皮肤、黏膜苍白,易疲乏、不爱活动、头晕、肝脾肿大、食欲减退、精神不集中等,严重的甚至还可影响到心功能。

胎儿期,宝宝主要通过胎盘从母亲那里获得铁,其中在孕期的最后三个月获取的量为最多,获取来的这些铁足以维持他们在出生后的4-5个月内使用,而后若辅食添加不当易引发贫血。但若孕妈妈在孕期时就严重缺铁性贫血的话,那么她能为宝宝提供的“储存铁”是极有限的,此外,早产宝宝患缺铁性贫血的几率较高。这些都需要在医生的指导下进行补铁治疗。

儿童期和青少年期发生缺铁性贫血的一般较少,多见于一些偏食、挑食的孩子,或是由于食物搭配不合理,导致铁的吸收受到抑制所致。此外,也还有一些是长期慢性出血最终

导致了贫血的发生,如钩虫病、肠息肉等。

营养性巨幼细胞贫血

营养性巨幼细胞贫血主要是由于体内缺乏维生素B₁₂或(和)叶酸所致,以6个月至2岁为多见。它是一种大细胞性贫血,临床上主要表现为虚胖或颜面轻度浮肿,毛发纤细稀疏、黄色、贫血貌、厌食、恶心、呕吐、腹泻、舌炎等,维生素B₁₂缺乏时还可表现为表情呆滞、反应迟钝、嗜睡,智力动作发育落后甚至倒退,重者可有不规则震颤等,叶酸缺乏时可有神经精神异常的表现。用维生素B₁₂或(和)叶酸治疗有效。

营养性巨幼细胞性贫血常见于4-6个月后纯母乳喂养未及时添加辅食、人工喂养不当的婴儿,及饮食中偏食挑食,不吃肉类、动物肝脏及新鲜蔬菜水果的幼儿,或是有严重感染、胃肠吸收和运输障碍的小儿。

溶血性贫血

溶血性贫血主要是由于红细胞内在异常,如红细胞膜结构缺陷(遗传性球形红细胞增多症等)、红细胞酶缺乏(G-6-PD缺乏症等)血红蛋白合成或结构异常(地中海贫血等),或是红细胞外的因素,如免疫因素、感染、物理、化学因素等所致。对于这种溶血性贫血,主要是确诊后积极做好防治。

其他出血性疾病

其他出血性疾病,如血友病、血小板减少性紫癜、弥漫性血管内凝血等,也可因丢失血过多而出现贫血。

广东省妇幼保健院 柯海劲

■ 育儿心得



锻炼宝宝身体协调性

如今很多的宝宝普遍存在运动能力不好现象,孩子没有更多运动锻炼的机会,导致身体的协调性差,这十分让人担忧。下面介绍一些锻炼宝宝身体协调性的实用小方法,供参考学习。

首先,父母应尽早锻炼宝宝使用筷子的能力,等到熟练以后让宝宝用筷子夹豆子来锻炼手眼协调能力,因为豆子很小夹起来很困难,因此需要动手能力强且专注度高才能完成。

其次,可以让宝宝接触乐器比如架子鼓和钢琴,因为钢琴需要双手的密切合作,而架子鼓需要双手、双脚同时运动,很少有一项运动会对四肢的协调性要求如此高。因此对于协调性不好的宝宝,乐器是很好的锻炼和运动方式。

如果发现宝宝的平衡性不是很好,可以让宝宝走一些平衡木形状的路线,为避免受伤可以在地上画直线让宝宝沿直线行走,可以大大提高宝宝身体平衡能力及协调能力。

此外,很多家长会参加一些舞蹈或健美操等,可以带宝宝一起参与,因为跳舞过程中孩子需要模仿其中的动作,而舞蹈中的一些步伐、身段等有一定难度,因此对宝宝的协调性有着更高的要求。

锻炼宝宝的协调性最有效的方式就是运动,比如拍打皮球、踢毽子、踢足球以及传球游戏等,不仅可以锻炼四肢的协调能力,也可以锻炼手、脚、眼等的配合能力,还可以增强身体免疫力,培养孩子专注力。

湖南省儿童医院
新生儿三科 曹敏

在现实生活中,有时会听到一些妈妈问:“我家宝宝白白胖胖的,怎么体检时就说是贫血了呢?”小儿贫血,是哪些原因造成的呢?

■ 喂养宝典

婴幼儿如何食在伏天

一年中最热的时节往往会令人胃口变差、不思饮食,对婴幼儿来说也是如此。但想要孩子健康成长,保证营养摄入是关键。如何才能让婴幼儿在伏天吃好呢?

多喝水 婴幼儿需要每2-3小时喂一次白开水,不要喂糖水,糖水会影响他们的食欲。大一些的孩子,家长要避免他们喝太多饮料,且尽量不要给他们喝冰镇的饮料。

不要吃过冷 宝宝一天最多吃两根冰棍,且要在气温超过30℃时才吃冷饮。

多吃水果 新鲜瓜果可以防暑降温,补充人体所需的水分、维生素及矿物质,但是不要吃从冰箱里拿出来的水果,尤其是西瓜。在冰箱里冰过的水果,寒性太大,容易伤及脾胃。

饮食不宜过于清淡 伏天宝宝会出大量的汗,易损耗体液和营养素,再加上炎热导致睡眠不足,从而导致食欲下降。所以,饮食不能过于清淡,各种高蛋白的食物,如牛奶、猪肉、鸡蛋、鸽肉、鸭肉等要经常给宝宝食用。

不过,此时应少吃或不吃羊肉、狗肉、麻雀肉、龙眼肉、荔枝等热性大的食物,鱼虾吃多了也会上火,也应少吃。蔬菜中的韭菜、洋葱、辣椒等热性蔬菜也应少吃。此外,苦瓜、荸荠、西瓜、甜瓜属于大寒的食物,身体不好的宝宝尽量不吃。还需做到尽量不让宝宝吃油腻煎炸的食品、炒货以及冷元宵、冷糍粑、冷年糕等难消化的食品。

湘西民族中医院儿科
副主任医师 刘西平



早产儿容易有“疝”

“疝”是小儿外科的常见病,多数在2-3个月时发现,也有迟至1-2岁才发现的,以早产儿和低体重儿发病率高。疝气是指人体器官或器官的一部分,从原来的腔突破腔壁到另外一个腔内,小儿最常见的疝气有脐疝气与腹股沟疝气两种。

脐疝气 脐疝气通常在婴儿时期出现,婴儿咳嗽和哭闹的时候,特别明显。脐疝气形成的原因是腹壁发展后期剩下的闭锁比较差,还没有关闭好。这种疝气,低体重早

产儿有较高的发生率。

脐疝气有些很小,也有些很大,疝气内容可能是大网膜或小肠。脐疝气很容易回去,发生扭转或钳闭坏死的几率极低,因而脐疝气自行痊愈的机会很高,大约在小儿1岁之前就会好起来。1岁之后随着年龄的增加,自行痊愈机会降低。

腹股沟疝气 腹股沟疝气跟脐疝气一样都可以说是胚胎发育缺陷。在胚胎发育时,包着睾丸的囊部分萎缩,使睾丸下降到阴囊,大约有50%的婴儿睾丸下降的通道没

有关闭,形成腹股沟疝气,男与女发病比例是4:1。早产儿与腹腔内压高的更容易出现腹股沟疝气。

腹股沟疝气在一般情况之下几乎是不会被发现,当小儿哭闹、咳嗽或用力时,则可看到腹股沟“膨”出。有些小儿“膨”出部分是软的,也有的较硬,大部分可以用手轻轻压下去。除非形成钳闭(疝气内的血管或肠子已扭转),一般是不会痛的。腹股沟疝气需立刻就诊,尽早手术治疗。

湖南省儿童医院普外二科 王美玲