

■育儿心得

5 个小游戏 促进语言发育

小孩刚一落地,第一个语言表达就是哭,到了两个月的时候他会发喉音,三四个月左右,他会咿呀学语,然后到了五个月左右,他应该就能够发单音。这以后,新手爸妈总在期待着孩子叫第一声妈妈/爸爸,为此,会想各种方法来促进孩子语言发育。以下几种游戏,有助于孩子语言发育,不妨试试。

游戏 1: 慈母细语

适合年龄: 初生~3个月

主要目的: 母子亲密接触,加强亲子交流,促进宝贝早期听力发育。

游戏方式: 刚出生的宝贝就有听觉,尤其是对妈咪的声音更为敏感。在宝贝醒的时候,将宝贝轻轻地抱起来,跟他面对面,温柔、亲切、细声地跟他讲话,内容可以十分广泛,说爸爸妈妈对宝贝健康的关怀、大家对他的喜欢、他给爸爸妈妈带来的喜悦、快乐和幸福。3个月之后,随着宝贝年龄增长,这个游戏依然可以继续,妈咪可以给

宝贝念儿歌、讲故事,给宝贝提供丰富的听觉语言内容。

游戏 2: 铃儿叮当

适合年龄: 3~6个月

活动用具: 铃铛

主要目的: 让声音与宝贝的肢体部位名称联系在一起。

游戏方式: 1. 将小铃铛系在宝贝的小手、小脚上。当宝贝移动手脚时,铃铛就会随之发出响声。2. 妈咪可以根据发出响声的部位是宝贝的手或脚,用手握住这个部位,轻轻对宝贝说:“手——宝贝的手”,“脚——宝贝的脚”。时间一长,发现自己只要一动手脚就会有铃铛响,宝贝活动的兴趣就会提高,逐步学习用自己的力量去控制一些事物,甚至能够根据妈咪的语言指令,来活动相应的身体部位,让铃儿发出清脆的“叮当”声。

游戏 3: 自然之声

适合年龄: 6个月~4岁

活动用具: 有关大自然声响的声带或 CD 盘

主要目的: 让宝贝了解自然界丰富的声音。

游戏方式: 1. 节假日带宝贝到公园或野外,让他接触大自然,聆听大自然丰富的声音,如风声、水声、虫鸣、鸟叫、狮吼、虎啸等。2. 购买或自己制作一些自然声响的音带或 CD 盘,有空时放给宝贝听,同时告诉宝贝这都是些什么声音。

游戏 4: 辨认颜色

适合年龄: 12~18个月

活动用具: 纸盒一个;红、黄、蓝、绿等颜色的雪花片各几片。

主要目的: 可提高宝贝的语言理解能力、语言表达能力,帮助其建立颜色概念。

游戏方式: 1. 妈咪让宝贝认识纸片的颜色:“今天,我们一起来认识几个颜色宝贝,它们的名字叫红色、黄色、蓝色、绿色。”2. 妈咪将准备好的各色雪花纸片放在盒子里。3. 妈咪从纸盒里任意取出一片雪花纸片,让宝贝说出其颜色。或者妈咪说出颜色的名称,让宝贝在纸盒里找出,并交给妈咪。4. 游戏可由两种颜色开始。刚开始玩游戏时,可以从两种颜色的雪花纸片认知开始,然后再适当增加难度,逐渐由两种颜色增加到四种颜色。另外,让宝贝认知颜色时,最好以红、黄、蓝、绿这四种基本颜色为主。

游戏 5: 假装动物

适合年龄: 12~18个月

主要目的: 提高宝贝的视觉追视能力,加强对情境的理解力。

游戏方式: 1. 妈咪和宝贝坐在地上,然后妈咪对宝贝说:“我们一起来学小狗走路,好不好”,接着,妈咪四肢着地爬行,学小狗走路的样子,并引导宝贝模仿这个动作。2. 妈咪给宝贝示范小狗的叫声,让宝贝模仿。3. 妈咪和宝贝一起学小狗的动作从房间的一边爬到另一边,比赛看谁爬得快。4. 妈咪可以教宝贝不同动物的动作和叫声,比如小青蛙——模仿蛙跳的动作、小鸟——模仿鸟飞的动作、小鱼——模仿鱼游动的动作等,让宝贝加深视觉印象。

任万杰

本版协办单位
长沙市妇幼保健院
湖南省长沙市雨花区城南东路416号
电话:0731-84136959
网址:www.cssfybjy.com/

■儿保频道

男孩包皮、包茎 趁早手术

说起孩子包皮过长或是包茎,很多家长可能并不知道到底怎么去判断,包皮过长是指包皮覆盖尿道口,但能上翻,露出尿道口和阴茎头。本病与遗传有关,可分为真性包皮过长和假性包皮过长。真性包皮过长是阴茎勃起后龟头也不能完全外露;假性包皮过长是指平时龟头不能完全外露,但在阴茎勃起后龟头则可以完全外露。到了青春发育阶段,勃起时包皮仍包着龟头不能露出,但用手上翻时能露出龟头的,就是包皮过长。

无论是真性还是假性包皮过长,当孩子进入青春期,由于阴茎头被包皮紧紧包住,得不到外界的应有刺激,阴茎头的发育受到很大束缚,致使性器官发育成熟后的阴茎头冠部的周径明显小,影响孩子成人后的性生活。因此包皮过长的患儿,应及早手术治疗。

此外,包皮过长的患儿,由于阴茎发炎,可以引起尿道口或前尿道狭窄,造成排尿困难。长期排尿困难,肾脏的功能就会受到损害。而且包皮内可以存留包皮垢,这是一种致癌物质,据调查,85%~95%的阴茎癌患者,都是包茎或包皮过长。成人后,还存在包茎和包皮过长,不仅影响本体健康,如果和女性同房,还会把包皮垢带入阴道,引发阴道炎症,刺激子宫,诱发宫颈癌。

目前,治疗包茎及包皮过长,手术痛苦小,无需住院,手术结束即可回家,术后护理简单。

湖南省儿童医院麻醉手术科
裴冬杰

宝宝荨麻疹反复 如何彻底治疗?

编辑:

我家宝宝2岁多,上个月全家到郊外游玩,回来后孩子两只脚和小腿上长了大片的红色风团状疙瘩,她不停地想挠。在社区医院检查说是荨麻疹,抹了药膏后有所好转,但总反复。请问,如何彻底治疗小儿荨麻疹?

读者 席女士

席女士:

荨麻疹是皮肤科门诊常见的变态反应性疾病,有急性、慢性之分。小儿荨麻疹多为急性荨麻疹,由于发病急,病程短,比较好找到原因,去除致病因素,进行抗过敏和药物治疗后常能很快治愈。但随着年龄增大,受其他因素的影响,病情持续复发超过6周,可逐渐由急性荨麻疹转变为慢性荨麻疹。慢性荨麻疹的治疗就复杂得多,易反复发作。

荨麻疹的治疗主要为查明过敏原(主要通过小儿血清过敏原测试)或感染,积极避免过敏原或消除感染,并配合抗过敏治疗。一般为口服抗组胺药,如芙必叮、苯海拉明糖浆、酮替芬等,外用抗过敏止痒药膏,严重者遵医嘱可短期服用糖皮质激素类药物。

一旦发生荨麻疹,家长还要督促孩子做好疾病的护理,注重营养均衡,注意卫生,防虫防螨,保证充足的睡眠,加强身体锻炼,以增强机体免疫力。

广西医科大学医学硕士 吕若琦

喉软骨发育不良 宝宝反复喉中痰响

不少家长来医院咨询过这个问题:为什么宝宝喉咙中总是有痰响,睡觉时响声更加明显,经过抗感染治疗仍然不好,原因是什么?当医生通过纤维喉镜检查了孩子的咽喉部,最终诊断为喉软骨发育不良,才找到了反复喉中痰响的原因。

喉软骨发育不良究其原因产生原因主要是由于喉的软骨支架软弱,会厌软骨卷曲,吸气时气流呈漩涡状而致喉鸣。大多数病儿生后无症状,在一次感冒或腹泻后症状显露。轻者喘鸣为间歇性,当受惊或

哭闹时症状明显。重者喘鸣为持续性,入睡后或哭闹时症状更为明显,并有吸气性呼吸困难,继发呼吸道感染或消化不良时,呼吸困难加重,可出现发绀;同时呼吸道分泌物可排出不畅,发生痰鸣。

轻症患儿可照常哺乳,对发育和营养无明显影响。重者由于影响哺乳及睡眠,常有不同程度的营养不良;由于呼吸困难及长期缺氧,有时可表现明显的漏斗胸或鸡胸,甚至心脏也可增大。轻者听诊时无明显改变,重者有不同程度的呼吸音异常或痰鸣音。有时可发生阵发

性青紫,久之可造成肺气肿,并出现反复肺部感染。

该病一般通过纤维/电子喉镜确诊,一旦确诊家长也不要害怕,因为随着年龄增长,其喉头间隙会逐渐增大,喉软骨也会发育好,绝大多数孩子在2岁左右,这种声音就会消失。家长要精心照顾好孩子,避免感染气管炎、喉炎和肺炎。要让孩子多晒太阳,多做户外活动,及时给孩子补钙和维生素D。

长沙市妇幼保健院儿童保健科
欧阳耿