



## 《“妈妈医生”小课堂》

# 秋天气温多变，如何给小孩穿衣？

专家健康知识讲座10月开课 妈妈们课前提问题 权威专家解答

## 【活动告知】

## “妈妈医生”健康讲座10月开讲

截至9月24日，湖南都市频道播出“妈妈医生”招募活动后，都市频道与本报已对“妈妈医生”健康志愿者招募活动做出多期报道。据悉，“妈妈医生”招募活动正接近尾声，预计将于本月底结束，而活动组委会正与相关医疗机构的权威专家确定健康知识讲座的具体开课日期。目前确定的基本日期是10月国庆长假结束后正式开课。

届时，报名参加的妈妈们需做好自己的日程规划，以便能按时参加，学习日常生活中照顾孩子及其他家人所急需的健康知识。

## 【课前提问】

## 如何给小孩穿衣才能避免感冒？

为让健康知识讲座更具有针对性地服务前来培训的妈妈们，组委会在开课前对报名的妈妈们做了一个扫街调查采访活动，其中以来自长沙雨花亭牛婆社区的宋妈妈提出的“如何给小孩穿衣才能避免感冒？”最具代表性。

宋妈妈说，她的宝宝今年3岁，现在秋天气温多变，昼夜温差大，她常常因为不知道一天里该如何分时间给孩子穿衣而困扰。穿多穿少对于照顾宝宝来说，可是一个大问题。宝宝身体抵抗力差，穿多了，又流汗，风一吹就受凉；穿少了也很容易感冒，都不知道怎么给他穿。



“妈妈医生”提醒您：给宝宝穿衣要随着天气变冷，逐渐增加。



衣服了，她最担心的就是给宝宝穿衣不慎而引起宝宝感冒。

乍说完这个她最迫切需要解决的问题后，宋妈妈又提出其它一些问题，如怎样培养宝宝才是科学的方法，具体内容是：一天里该喂宝宝几餐？以什么为主食为什么为辅食？又如她想学习各类家庭常见疾病的预防常识等。

## 【专家解答】

## 穿多少衣服分清情况再决定

●根据天气情况加减衣服：穿多少衣服最好在早晨起来时决定，如果天气没有发生突变，不要随意给宝宝穿太多衣服。急促地给宝宝加上很多衣服后就不好减掉了，因为一天比一天冷，只能是越加越多，因此可在天气还并不是很冷的时候给宝宝穿少点，到天气真正冷

了有足够的余地再给宝宝加衣服。

●1岁以内的不会走路的宝宝相比已经会走会跑的宝宝，穿衣要多一些。不汗动或活动量少的宝宝适当穿多些。

●平时要常观察宝宝的情况，妈妈要经常摸摸宝宝的手脚和脖子后面，如果手脚湿湿的，脖子后面没有汗，表明温度合适；如果摸起来凉凉的，或者汗毛孔竖起来，那就是宝宝冷了，脖子后面出汗则说明宝宝热了。

●秋冬交替时，有些城市商场就开始供暖，有些家庭使用了空调，这使得室内和室外产生巨大的温差，进入这些场所时要注意及时为宝宝增减衣服（大些的宝宝要教给他学会自己做），特别是在医院就诊时。

●宝宝出汗后，千万不要马上脱衣服，也不易马上洗澡、吃冷饮，可以让宝宝安静地坐一会儿，或用温水洗洗

脸，让汗自然干下去。

●最后要做好预防措施，平时家中备好以抗感冒为主的常用药品，如香雪抗病毒口服液，儿童适度服用可增强身体抵抗力，一旦小孩感冒突发也可应急。

## 【权威推荐】

## 香雪抗病毒口服液家庭防感冒常备用药

香雪抗病毒口服液以中药典方《白虎汤》和《清瘟败毒饮》为基础，由我国100多位研究中医、中药、药理、病毒和传染病的权威人士历时多年研制而成，是国内外率先经过科学临床病毒分离证明疗效确切的纯中药抗病毒药物。采用国际领先的指纹图谱技术，产品标准录入《2010版国家药典》，成为行业标准制定者，是目前国内同类产品的第一品牌，全国销量领先。

曾屡创抗病毒奇功：1971年至1975年间，对辽宁暴发流行性乙型脑炎总有效的治疗效果；1975年，经中国科学院进行抑制病毒谱实验证明：对流感病毒、乙脑病毒、核胞病毒等8种病毒抑制作用效果明显；2003年，被核定为重点防治“非典”用药，受到国家卫生部专家的高度评价；2009年，成为对抗“甲型H1N1流感”最畅销的药物之一。

所以，前行中国·妈妈医生提醒妈妈们，香雪抗病毒口服液，是秋冬季家庭中小孩老人等防治感冒的常备用药。

## 香雪®抗病毒口服液



## 孩子感冒怎么办？ “妈妈医生”帮你忙！

深秋降临，气温多变，病毒滋生，感冒易发。  
前行中国—香雪制药“妈妈医生”健康大课堂浓情开讲。  
全程免费参与，名额有限，抢座还有最后的机会——

## 有爱，就有健康！

获取权威专家健康知识免费传授  
获得权威机构颁发的“妈妈医生”荣誉证书  
帮助您更科学的呵护宝宝健康  
实现安全健康的宝贝计划

有爱，就有回报！  
参与“妈妈医生”健康活动，领取丰厚的爱心补贴资金  
进入爱心企业大联盟，用爱共同造福社会。  
只要你有爱心，甘愿孩子的妈妈，欢迎您报名参加



### 报名咨询热线：0731-8222 5550

活动进展敬请关注

三湘都市报

湖南都市频道《都市1时间》报道

全程总冠名：香雪®抗病毒口服液

特约播出：同济堂仙灵骨康片 康普药业 口博士 iWant爱晚亭咖啡 坡子山泉

活动参与热线：0731-8222 5550 186 7318 6877