



今天

阵雨转中雨
16-22℃

明天

多云转晴
15-26℃

后天

晴
17-28℃

长沙生活

长沙市供水公司 0731-85133333
长沙电力投诉 95598 长沙新奥燃气 95158
价格举报电话 12358
长沙市公共客运管理处 0731-84303488
长沙城管投诉热线 0731-88665110
国安网络 0731-82772222

新闻热线电话:84326110 800002939 106580007846 http://sxdsb.voc.com.cn

没有天价月嫂,你也可以带好宝宝

育婴师:月嫂无法完全替代妈妈的“工作” 照料宝宝请注意以下细节

一边是月嫂价格高,一边是年轻父母没有护理知识,宝宝到底该怎么带?本报《她凭啥月薪1.28万——对话长沙“第一月嫂”》(详见4月19日A04版)见报后,许多读者纷纷来电,寻求解决良方。

读者沙女士来电称,“长沙的人平月收入才2800元,月嫂就拿6000多元,觉得不合适。”但她也表示,自己5月份就要生小孩了,还是想请个好点的月嫂。跟沙女士一样“矛盾”的市民还真不少。

生小孩到底需不需要请月嫂?对此,长沙某家政培训机构的育婴培训师彭红利表示,这因人而异,但不管请与不请,父母都应该多带宝宝,多跟宝宝沟通。比如目光对视、说话、抚摸、做游戏等,都能增进亲子之间的感情。“月嫂肯定是不能代替妈妈的。”

彭红利给大家传授了一套带宝宝的方法,如果你不想请“高昂”的月嫂,同样也能将宝宝照料好。

准备工作:父母要剪掉长指甲,长头发要扎起来,照料宝宝时多穿宽松的、没有尖锐挂件或扣子的衣服,把戒指、手镯等全部取掉。

洗澡:水温一般在38℃(热天)-40℃(冷天)之间。左手抓住宝宝的左手,右手托住宝宝的屁股,头枕在左手臂上。先将宝宝的脚放入水中,等其适应后,再慢慢放下去。如果是冬天,可以在宝宝的胸口搭一块毛巾,不要让他光光的,他会没有安全感的。给宝宝清洗眼睛时,要从内往外洗。

穿衣服:新衣服要先用开水清洗和消毒,衣服的线头要处理好。如果是系带子的衣服,不要系太紧,最好能放进两个手指头。

换尿片:在月子里,一般提倡使用一次性的尿不湿或尿裤。将宝宝的脐带露出来,防止尿液污染。洗完澡后,用酒精给脐带消毒。

喂奶:出生不久的宝宝一般是按需喂养。等2-3个月后,一般2-4个小时喂一次。妈妈要多喝少盐、少油的汤。

■记者 曾力力 实习生 王诗韵



“盖”头换面

4月19日中午,湖南烈士公园,游客坐在石椅上小憩,阳光刺眼?将卫衣反过来盖吧。

栏目投稿邮箱: sxdsbsjp@163.com
实习生 李文颖
记者 王狃鹰 摄

“五一”广铁增开33.5对临客

出行

本报4月19日讯 记者从广铁集团获悉,“五一”小长假期间,武广高铁计划开行45对,同时计划增开33.5对普速临客,重点解决广东、湖南省际间与省内短途客流。

目前,旅客可通过电话及网上订票,或在代售点提前购买车票。“五一”期间仍将实

施实名制查验制度,旅客出行时请带好身份证。如需了解列车开行情况,可拨广铁(集团)公司客运服务热线12306。

另悉,从即日起,南航增开的4条航线均停长沙,分别是:大连-长沙-昆明、汕头-长沙-成都、沈阳-常州-长沙、南宁-长沙-太原。 ■见习记者 黄帅 通讯员 苏艳 蒋立琴

周六橘洲绽放《共同的梦想》

焰火

本报4月19日讯 本周末晚八点,“橘洲浪漫 璀璨星城”长沙橘子洲周末音乐焰火晚会将继续上演。本次焰火晚会主题为

《共同的梦想》,由法国BREZACARTI-FICES烟花集团承担燃放,共分《空气》、《水》、《阳光》、《四季》、《世界大同》五个篇章。燃放时间为20分钟。 ■记者 唐能

UP 尚同葵

029 期

2012/04/20 第2029期

零售价:3.00元 邮发代号:41-168

原价:5元

P14 明星 VIEW

舒淇

穿得上的衣服 宽不下的心

P86 卫生之、时尚之、潮流之

烟斗客、老可可

将要遗失的美好,写在芙蓉广场改造之前

P24 名人 INTERVIEW

马家辉:

“我这嗜赌的老港,心里还挺暖和”

三湘华声全媒体 城市生活 快乐指南

隔周五出街

UP 尚同葵

www.upga.com.cn

邮发代号:41-168

现在起,通过该邮发代号,全国各地读者可在当地邮局办理订阅