



纸尿裤对宝宝腿部发育是否有影响虽然没有定论,但我们要重视宝宝生长的每个环节,要均衡安排宝宝的饮食,多带宝宝到户外晒太阳,同时,在选择宝宝用品时要格外小心。

宝宝O形腿 纸尿裤惹的祸?

8月初,天涯论坛上有个妈妈发了《求助!宝宝两岁,发现O形腿,怀疑是纸尿裤惹的祸》的帖子,当天点击量过万,很多网友跟帖回复。其实,关于婴儿纸尿裤是否会导致宝宝O形腿的疑问一直存在。

造成宝宝O形腿的原因有哪些?

北京安太医院院长王稚晖介绍,造成宝宝O形腿的原因有很多,最主要的是缺钙和维生素D,从而引起骨头软、营养不良等症状。婴幼儿饮食单调、户外运动少、骨骼生长发育快等都是造成婴幼儿缺钙的原因。婴幼儿长时间处于姿势不良的状态也是引起O形腿的重要原因,如宝宝走路外八字、跪坐、趴着睡等都会引起腿部用力不均衡,最终导致O形腿。还有一种原因是家长过早让孩子站立、走路,婴幼儿的骨

骼还没有完全发育好,站立时掌握不准用力点,引起膝外侧韧带松弛,造成O形腿。O形腿不是遗传病,但有一定的遗传倾向,因此遗传也是一方面的原因。宝宝受外伤也易导致腿部变形成为O形腿。

纸尿裤会造成宝宝O形腿吗?

王院长表示,宝宝的O形腿主要是上述原因造成的,与纸尿裤没有直接关系。然而,北京安太医院的杨焕玲主任却持有不同观点。杨主任认为,纸尿裤的选择、换用频率以及纸尿裤本身的设计等都会影响婴幼儿腿部的发育。

杨主任认为,现在市面上的纸尿裤种类数不胜数。部分家长在给宝宝选择纸尿裤时,以为稍微宽松点宝宝会舒服,就选择型号稍大的,其实,这样会使宝宝臀部不适。设计不合理的纸尿裤在吸水之后变宽,从而使宝宝大腿根部张开,宝宝长期处于这

种不良姿势会引起骨骼生长变形。因此,家长要选择型号符合宝宝的纸尿裤。有的家长给宝宝换纸尿裤的频率比较小,经常等纸尿裤到了饱和状态才换,这就使得纸尿裤吸水后重量增加,宝宝站立、走路时腿部负重,从而影响腿部的着力点,引起受力失衡,影响骨骼发育。

宝宝患上O形腿怎么办?

如果宝宝真的患上O形腿,家长也不用着急,要先确定O形腿的成因,对症下药才是关键。很多家长发现宝宝有O形腿趋势时就盲目给宝宝绑腿,不仅起不到纠正作用,反而会影响宝宝的正常生长。王稚晖提醒,如果是因为缺钙和维生素D引起的O形腿,家长要侧重于均衡营养,及时为宝宝补充钙和维生素D,多带宝宝到户外晒太阳等。如果是因为宝宝姿势不良或者其他外力原因而形成的O形腿,则需要矫正用力点,如贴墙站立、双腿用力并拢等。

很多年轻父母没有经验,看到宝宝稍微有点O形腿就很紧张,采取好多措施来纠正。其实,婴幼儿稍微有点O形腿是正常的,如果营养跟得上,慢慢会长好。

纸尿裤对宝宝腿部发育是否有影响虽然没有定论,但我们要重视宝宝生长的每个环节,要均衡安排宝宝的饮食,多带宝宝到户外晒太阳;同时,在选择宝宝用品时要格外小心,如纸尿裤、奶瓶、衣服等都要以设计合理、质量好、合适为主要标准,纸尿裤要勤更换、奶瓶要多消毒等。

(晓贝)



血燕造假引人深思 信任危机导致血荒

□ 孟乐

最近,外媒一则关于“马来西亚血燕造假”的报道引起了很多人的关注。为什么有那么多人愿意花大钱去购买能致病的“血燕”?这不能不引起我们的深思。

如今,药价高企而疗效甚微,于是,老百姓认为“求医不如求己”,希望通过养生保健的方式提高自身的抗病能力。可悲的是,我国的保健品市场鱼龙混杂,我们渴望得到更多可靠的养生保健信息,却经常一不留神儿就被“养生大师”、“养生教母”等骗子给忽悠了。无良商家也经常制造一些像血燕这样骗人的养生概念产品,将黑手伸进消费者的腰包。

老百姓需要健康养生,更需要健康的养生市场,希望相关部门能加强监管,通过正当的渠道普及科学的养生知识,加强全民健康教育,维护老百姓的身心健康。

血燕是假的,血荒是真的。由于信任危机导致无偿献血者日益

减少,北京近期出现了血荒,血液库存量仅有标准库存量的33%,多家医院不得不推迟或暂缓手术。北京市红十字血液中心表示,在必要时会发动应急志愿者献血。其实,无偿献血是一种爱心的表现,人们最想知道自己捐献的血有没有被合理使用,一旦得到的答案是否定的,热情一定会降低。

很多人没有时间煲汤,浓汤宝便成了快节奏生活的好帮手。近期,在中国已有80多年发展历史的联合利华公司惹上了麻烦。该公司旗下的家乐牌浓汤宝多个口味产品被指包装标注含混不清,产品配料中写着“可能含有小麦、大豆、鸡蛋、奶制品、鱼”。联合利华方面解释,消费者对可能含有的鱼、虾成分过敏,公司为保险起见给出提示。我们作为消费者,看到商家如此标注产品配料,第一个感觉是该公司生产不科学、不严谨;第二个感觉是他们在以不

合理的标志掩盖产品缺陷,以逃避责任。这样的产品没有别的出路,只能下架。

让我们远离问题食品,多享受健康美食吧。近日,美国健身杂志《体线》邀请多位营养专家,从果蔬、坚果、零食等各种食物中评选出最健康的9种食物,分别是柠檬、西兰花、黑巧克力、红薯、三文鱼、核桃、大蒜、菠菜、豆类。虽然这项评选看起来缺乏新意,但多吃果蔬、坚果、豆类肯定不会有错。



健康7日谈

天久康 致力医药研发40年

更专业 更健康

周口天久康药业

河南周口市医药工业

橄榄油与健康(三)

来自国际橄榄油理事会及欧盟的资料表明,橄榄油对健康的10项益处如下:

7.美容皮肤:橄榄油富含与皮肤亲和力极佳的角鲨烯和人体所需脂肪酸,吸收迅速,有效保持皮肤弹性和润泽;橄榄油中所含丰富的单不饱和脂肪酸和维生素E、K、A、D等及酚类抗氧化物质,能消除面部皱纹、防止肌肤衰老,有护肤护发和防治手足皴裂等功效,另外用橄榄油涂抹皮肤能抗击紫外线防止皮肤癌。

8.防辐射作用:由于橄榄油含有多酚和脂多糖成分,所以橄榄油具有

防辐射的功能,经常使用电脑者更视其为保健护肤的佳品。

9.制作婴儿食品:橄榄油营养成分中人体不能合成的亚麻酸和亚油酸的比值和母乳相似,且极易吸收,能促进婴儿神经和骨骼的生长发育,是孕妇极佳的营养品和胎儿生长剂,对于产后的哺乳期是很好的滋补品。

10.抗衰老:有助于美化人的外表,减少皱纹的产生。实验证明,橄榄油含有的抗氧化剂可以消除体内自由基,恢复人体脏腑器官的健康状态,能防止脑衰老,延年益寿。

(待续)

地址:人民路周口中心医院家属院对面 原装进口橄榄油 & 红酒
电话:13938090057