

白胖小儿贫血从何而来?



过度换气之后屏气、呼吸暂停、口唇青紫、四肢僵直,有时抽搐,历时10多秒,真像“哭得死过去”,所幸即刻重新开始呼吸,青紫消失,肌肉放松,神志清楚,恢复正常,“又活过来”。

防治之道提前至孕期

婴幼儿(3岁以下)只要是缺铁性贫血,血红蛋白在110克/升以下,就要服铁剂,按元素铁4毫克/千克体重/天,同时给维生素C,一周给药2天(与每天服药相比疗效相同,不良反应少),一直要服到血红蛋白达到110克/升以上,再继续服药4-8周,使体内储存一部分铁。也可用血红素铁(动物血中提炼)治疗,不良反应较少。在饮食上每周至少吃2次含铁丰富的动物肝脏、血及牛、猪等畜肉。

为了防止贫血,应从孕期开始加强预防。孕妇在孕后期要补充足够的铁剂;避免早产;分娩时尽量延迟结扎脐带,或者断脐后将脐带中的血向新生儿方向挤;足月儿出生后满4个月补充铁剂,宜选择含铁的营养米粉,或者含铁丰富的食物,如动物肝、动物血、畜肉、大豆及其制品。早产儿出生后满2个月开始补充铁剂元素每天每千克体重2毫克;定期检查血常规,第一次于出生后6个月。早期发现贫血,早期治疗。最后还要提醒一点,有三种小儿常见的出血性疾病会造成贫血,便秘后大便干结,易造成肛裂而致慢性失血;经常鼻出血;直肠息肉时,干硬大便擦破息肉而致出血。小儿有以上情况需针对疾病治疗方能纠正贫血。

(许积德)

缺铁性贫血源于饮食不当
与物质匮乏时的贫血不同,如今的小儿贫血,大多是由于家长的喂养方法不合理造成的。婴儿贫血多数为缺铁性贫血,由于铁摄入不足引起,2岁以内患病率约20%。铁是制造红细胞的重要物质。铁的来源在胎儿期由母体经胎盘供给,尤其孕后期供铁较多,所以早产儿更易发生贫血。出生后从母乳或配方奶粉中获得一定量的铁,供出生后4个月之前制造红细胞之用。出生4个月后,来自母体的铁已用尽,必须从其他食物中获得,否则易发生贫血。

些婴儿吃的是不含铁的米粉,这是造成贫血的原因之一。其次,在其他饮食上也存在一些误区。蛋黄中含铁量虽多一些,但其含有磷酸盐影响了铁的吸收,菜叶中的维生素C因煮沸而被大量破坏,蔬菜水中的植酸、草酸也干扰了食物中铁的吸收。
贫血中度以上才引人注意
轻度的贫血,早期表现为精神神经症状,如烦躁、易发脾气(上文中的敏感即有)、注意力不集中等,只有中度以上贫血才表现口唇黏膜、指甲苍白。这里要特别提到一种“屏气发作”与缺铁性贫血有关,家长要多加留意。“屏气发作”可以形容为“气得死过去,而又活过来”。表现为最初哭叫,即刻

老人的胎教观念该如何应对



来自老人的关注往往使一些年轻的夫妻一方面既有着更多意见选择,亦可能面临更多的困惑。年轻的小夫妻与家里老人们又该如何配合呢?早教专家认为,“四二一家庭”的科学胎教需要注意科学、统一。

1. 统一认识,正确理解胎教的科学内涵。

一些年轻的夫妻非常重视宝宝的早期教育,接触了很多胎教理论。由于受一些成功范例的影响,一些年轻的夫妻不可避免会迷信胎教的作用。而同时,“四二一家庭”中的老人们由于对于新生事物的胎教理论并不了解,在他们的潜意识里,可能更多地认为未出生的宝宝并没有思维能力,未出生的宝宝需要的是营养而非是“虚缈”的胎教。

新老二代的思想观念差异,不可避免将造成胎教实施的认识错位。在此情况下,老人们和年轻的小夫妻都需要在胎教这一育儿理论认知上达成共识,以更好地实施宝宝胎教。

专家建议,在这种情况下,一方面家里老人们需要调整观念,主动了解和接受胎教是一种经证明的科学育儿理论这一事实,在胎教过程中要给予理解和支持;而年轻的夫妻们则更需要调低对胎教的心理预期,要理解胎教只是一种育儿理论,它有助于宝宝的健康成长,但尚不能证明它能单独承担起创造育儿奇迹这一“重任”。

因而,无论是老人还是年轻的小夫妻都应该调整观念,正确理解胎教的科学内涵,以确保科学胎教的有效进行。

2. 切勿多方发言,胎教要因科学而施教。

在“四二一家庭”中,宝宝胎教的实施过程中有一种常见的现象是,爷爷奶奶、外公外婆、小夫妻们都想在宝宝胎教实施过程中占据主导地位,都想让全家顺着自己的思路来实施胎教。

事实证明,这种多方发言的现象实为科学胎教之一大忌。研究认为,胎教最重要的是尊重科

学,多方发言只会造成多头指挥、盲目施教。

专家认为,“四二一家庭”中,爷爷奶奶们,外公外婆们的意见固然重要,但宝宝父母的意见应该是最重要的,而根据父母的特长和优势来实施宝宝胎教则是最基础的条件之一。如有音乐天赋的年轻家长可以平时多放放音乐舒缓优美的轻音乐,有文学天赋的年轻父母平时则可以多朗诵一些优美的文章,以此来激发宝宝的早期潜能。

3. 胎教更须注重日常生活细节的改进。

胎教并非是简单的爸爸妈妈的听听轻音乐、读读优美或有趣的文章这些简单的流程,它更是一个系统的工程,需要所有家庭成员的密切配合。

在进行胎教的过程中,温馨、和谐、快乐的家庭环境是确保胎教成效的重要因素。因而,爷爷奶奶们,外公外婆们要主动配合,为宝宝胎教创造一个温馨、和谐、快乐的家庭环境。在宝宝胎教的平时,老人们和年轻的小夫妻要注意说话方式和说话态度,注意行事方法与行事态度,做到相互谦让、说话和气、行事谦和,尽量为宝宝的顺利成长提供一个充满温馨亲情的家庭氛围。

4. 最忌盲目尝试,造成多而无效。

“四二一家庭”中,由于小宝宝的特殊地位,爷爷奶奶、外公外婆们难免会经常利用各种渠道了解多家胎教机构,并将相关信息反馈给了年青的小夫妻。这样的情况可能会造成年轻的父母们为达到更好的胎教效果而到多家胎教机构去学习和培训。如此一来,只会让正常的胎教变成漫无目的的多方试验,不仅浪费钱财,亦对宝宝健康成长无所帮助。

无论是老人还是年轻的小夫妻都应该调整观念,正确理解胎教的科学内涵,以确保科学胎教的有效进行。

(珍珍)

如何教 1-2 岁宝宝认识图形

教1-2岁的小宝宝认识图形,实际远远重于理论。家长用什么方法能让宝宝喜欢认识图形呢?以下方法可供家长学习借鉴。

宝宝最常见的图形一般是几何图形和动物图形。研究表明,3岁儿童已经能够正确找出相同的几何图形。在辨别不同图形的活动中,幼儿最先掌握的是圆形,其次是正方形、长方形、三角形等。幼儿对大小的认知也较早就表现出来了,半岁前的婴儿已经具备辨别大小的初步能力。

教1-2岁的小宝宝认图形,实际重于理论。你要是和他说“三角形有三个角,三条边”,他一定茫然不知所措。因为他连“边”和“角”都不知道是什么意思,又如何能知道什么是三角形呢?因此,让宝宝认识图形,不在于他是否能说出图形的名字,更不在于他是否能告诉你图形的特征,只需要他对图形有个印象和初步的了解即可。对于爱玩的宝宝而言,我们可以用下面的办法向宝宝介绍各种图形:

1. 做图形

厨房是宝宝不可多得的游戏场和训练场,是现代育儿需要充分利用和开发的场地。妈妈给宝宝穿上围裙,戴上小帽子,彻底洗干净双手,一起到厨房去做“形状”吧。妈妈可以负责和面,宝宝可以拿着擀面杖试着把小面团压平,然后用各种带形状的模具,先切出5个三角形,再切出5个圆形,依次接着切正方形、长方形甚至是心形。每压出一个,就告诉宝宝“呀,又做了一个三角形”,加深宝宝对各种形状的印象。和宝宝把“形状”一起放进烤箱里,耐心等待形状饼干出炉。等饼干出炉了,对宝宝说,“请宝宝给妈妈挑一个三角形饼干”,如果宝宝没有挑出来,妈妈要进行帮忙和鼓励,到了第二个或是第三个三角形,宝宝就能挑出来了。

2. 走图形

在地上铺上各种形状的海棉小软垫,妈妈和宝宝分别扮演大灰狼和小白兔。以沙发为起点,电视机为终点,开始玩小白兔回家的游戏。每次小白兔宝宝必须按照裁判爸爸的指示走指定的图形才能前进一步,错了就要后退一步;而大灰狼妈妈一开始就离宝宝三步远,每次跟随宝宝的脚印前进一步。一开始宝宝判断不好,很快就输了,但经过若干次的游戏,宝宝慢慢认识了各种形状,当小白兔能顺利回家,把大灰狼远远抛在后面的时候,宝宝就完全认识了摆出来的图形了。

(方蓉)

