

# 早产儿“营养债”背负三重



做父母的,谁不希望孩子健康健康,永远不用上医院?可早产儿不一样,由于先天不足,大多数在出生后就成了医院的小病号。“早产儿出院后可能面临七大发育障碍,这是因为他们背负着沉重的营养债,必须得按时偿还。”专家指出,早产儿出院后应在经过专业培训的专科医生指导下进行系统的医学管理,特别是个体化的营养指导,争取在1岁以内实现理想的追赶生长。

## 1 早产儿的三重“营养债”

不少家长以为,早产儿只是待在妈妈肚子里的时间少一点,出生后经过医院的护理,到出院时基本和足月儿没什么两样了。这种期望孩子健康的心态可以理解,但不得不说的是,家长高兴得太早了。

专家指出,早产儿即使出院,也背负着三重“营养债”:一是宫内营养债。早产儿出生时间越早,从妈妈那获取的营养越少,故宫内营养不足几乎是每个早产儿都存在的问题;二是院内营养债。早产儿因生理成熟度不够,导致出生后出现各种并发症,以及喂养不耐受、各种治疗以及药物影响等,加重了早产儿的营养累积欠缺;三是院外营养债。早产儿出院后,不规范或不科学的喂养导致早产儿进一步的营养欠缺,产生新的营养债。



## 2 警惕可能导致的发育障碍

专家表示,早期营养会影响大脑神经细胞的数目和大小,对机体产生短期和长期甚至一生的影响。

- 1.脑瘫。平均发生率为3%左右,出生胎龄越小,出生体重越轻,脑瘫发生率越高。
- 2.神经系统发育迟缓。包括肌张力高/低,大动作、精细动作、语言等。如人家能抬头、能翻身、能坐、能站,而他不能。
- 3.精神发育迟滞。表现为:注意力、记忆力差,将来学习成绩差,有攻击行为,不合群,人际交往差等。
- 4.生长发育落后。据报道,早产儿宫外发育迟缓的发生率高达30%~80%,胎龄越小、出生体重越低生长发育落后的发生率越高。
- 5.听力和视力障碍。早产儿患这类疾病的比例比足月儿也高得多。
- 6.慢性肺部疾病。与在医院内用氧时间、是否上呼吸机等有关。
- 7.反复再住院。这与早产儿先天的免疫功能差有关,看护人明明带得很细心很精心,可宝宝总是容易生病去医院。

## 3 1岁前是“追赶生长”期

专家表示,强调早产儿的出院后医学管理,不但是为了尽可能降低发育障碍的风险,也是考虑到早产儿在1岁以内有“追赶生长”的潜能。只要充分把握时机,大部分的早产儿可以在1岁左右实现理想的追赶生长。

“我这里有三四百份早产儿出院后的管理档案,那些定期来门诊随访的早产儿,其中70%~80%的孩子在出生后7个月左右就顺利完成了追赶。”刘喜红说,出生后前6个月是追赶生长的最佳时期,一方面是因为0~6个月是人生第一个生长高峰,生长速度本身就特别快。另一方面过了6个月,从母体带来的抵抗力下降,靠孩子自身产生免疫力,一直到3岁才有一个比较好的平台。因此可以说,6个月左右是抵抗力到了“青黄不接”的时候,疾病常伴随而来,孩子一旦生病,就势必影响生长发育,给追赶生长拖后腿。

专家建议,早产儿出生后6个月内,最好半个月到1个月到专科门诊随访一次,6个月或实现追赶后可以2个月随访一次,1岁以后可以3个月随访一次。(靳婷婷)

# 小儿肚脐鼓包 家长不可不理

有的家长可能遇到过这种情况:孩子肚脐鼓起一个包,躺在床上用手轻轻按一按,包就缩进肚脐里了。家长看孩子没有不舒服的感觉,就没往心里去。可过了几天,那个包又鼓出肚脐了,而且似乎还大了一点,这时候再用手按,没准孩子会痛得大叫起来。这是怎么回事呢?

专家表示,肚脐鼓包是脐疝的表现。脐疝一般会越鼓越大,从能复原变成难复原,当鼓出的肠子大得超过缺损口大小,就容易发生嵌顿,肠子卡住回不去了,严重的将导致肠梗阻和肠坏死。因此,家长应尽早带孩子就诊。

## 小儿脐疝来源有三

小儿脐疝的发生率并不高,1000个孩子中大概有1~3个孩子会发病,但患儿的年龄跨度很大,小至刚出生的新生儿,大到十几岁的青少年都有。专家说,脐疝的产生有三个原因:1.小儿先天脐带发育不良,脐带周围的肌肉或筋膜缺损,是导致脐疝的一个常见原因。2.孩子出生后肚脐有一个慢慢愈合的过程,如果护理不当导致感染,也会诱发脐疝。3.有一些孩子肚脐

开始是好的,但在成长的过程中,由于肚脐相对薄弱,小孩又经常哭闹,或有便秘的问题,使腹压增加,就可能诱发脐疝。

## 手术4~5岁后做比较好

虽然脐疝看上去很可怕,但并不是一发现就得马上做手术。专家表示,除非孩子一生下来脐疝就难复位或有发生嵌顿的危险,否则,等孩子长到四五岁,肚脐相对发育好了,再做手术更好。

那在手术之前,怎么处理才能防止脐疝不停往外鼓呢?专家说,唯一有效的办法是用腹带包扎。具体方法是:先将脐疝复位,然后在肚脐处垫上一块大过脐疝的棉垫。棉垫不能太软,最好包个硬币在里面,使其有一定的硬度,但也不要太厚,免得透气。再用稍宽的带子绑在腰上,将棉垫固定住。带子不用绑太紧,不能勒得孩子难受。在正式接受手术治疗之前,腹带包扎都是必要的。

## 两类情况必须尽早手术

难复性疝和有嵌顿可能的脐疝必须尽早手术。对此,有的家长可能会



问:难复不代表不能复位,不手术行不行呢?专家表示,理论上说,只要能将脐疝复位再绑好,让其不再鼓出,手术是可以暂缓的。但是,医生不可能保证每次手法复位都成功,而在孩子有腹痛表现后的6个小时内,如果还没有将脐疝复位,很可能就会发生肠梗阻或肠坏死。与其让孩子担这个风险,还不如趁早做手术一劳永逸。(郝黎丽)

# 孕期胎教 不要急于求成

## 科学胎教红绿灯

我们之所以把胎教看得那么重,是出于对未来的希望,对后代的责任感。这使我们愿意接受胎教、早教,希望把最好的给我们的宝宝,但是,由于我们没有经验,由于我们掌握的知识不够多,也往往容易出现操之过急、过度等情况。因此实施胎教的时候一定要注意一些事项:

## 1.端正科学的态度

胎教是通过培育,使每个孩子更健康、更聪明,提高其综合素质,而不该像某些宣传误导的那样,只要胎教就能培育出神童来。神童在人群中毕竟是少数。

实施胎教的主要目的是让孩子的大脑、神经系统及各种感觉机能、运动机能发展更健全完善,为出生后接受各种刺激、训练打好基础,使孩子对未来的自然与社会环境具有更强的适应能力。不要把胎教神话,而要脚踏实地的科学的进行胎教,这就是我们要做的。

## 2.选择最适合的方案

社会上种类繁多的“方案”不断描述着,照此培养出的孩子如何“超常”、“智力超群”,多数父母不忍心让自己落伍,也纷纷解囊参加培训或买“方案”。其实这些所谓的“方案”中有一些就是打着“科学”、“专家”的旗号在进行误导,有的理论根本就是经不起推敲的,有的明显违背儿童发展的自然过程,只是为了经济目的。

因此,要想给孩子较好的胎教,应从正规的专业单位及渠道学习一些有关儿童发展方面的知识,包括孕期精神卫生、儿童心理与教育学及胎教早教的有关常识。这能使自己做到心中有数,保持冷静的头脑,善于识别和选择适合自己的胎教方法。

## 3.不要急于求成

胎教没有造就神童的例子很多,但是胎教毫无作用,失败的例子还极少见到。但有些情况也引起了有关专家的重视。

有的胎儿经过音乐胎教后,虽然聪明活泼,但精力过盛,总是不爱睡觉。原来是准妈妈每日抽空就将胎教器置于腹部。有时妈妈因疲劳很快入睡了,胎教器仍不断刺激着胎儿。其实,这种多多益善、操之过急的做法,有可能干扰胎儿的生物钟。此外还要注意,有的音乐胎教磁带制作条件较差,伴有较强噪声干扰。有的音乐磁带乐曲选择、节奏、配器等都不适宜胎教。一般要求乐曲要平稳、明朗,节奏接近人的正常心率,配器简练考究,频率在500~1500赫兹左右,使人感到舒适、安静、愉快、优美的才可适用。常有些音乐带中出现高频的乐曲,也许妈妈听着还好,但无法穿过腹壁被胎儿感受,就不适于做胎教磁带。

因此,准确点说,无论哪种胎教方法,都有适宜的刺激方法和定时定量的问题。

总之,要有健康、聪明的孩子,不要急于求成,而要选择最佳的方案进行科学胎教。科学的胎教需要父母对胎教有正确认识,学习相应的知识、技能,用科学的方法进行。应按自然的发展规律,按胎儿的月龄及每个胎儿的发展水平进行相应的胎教。做到不放弃施教的时机,也不过度人为干预。在自然和谐中有计划地进行胎教,才可能获得最大的效果。(丹丹)