

金秋宝宝防腹泻 宝妈要学“组合拳”

金秋已到,但秋天却偏是宝宝们患病的高发季节。对于抵抗力尚不足的宝宝来说,如何尽快适应换季是关键。

数据显示,宝宝易患的疾病中50%左右是腹泻,仅次于呼吸道疾病。如果未及时有效治疗,腹泻导致的身体脱水、体内电解质紊乱或其他并发症就可能严重危及宝宝的健康和生命。如何应对宝宝腹泻,专家给出的建议是:学会“组合拳”。

第1招 理清病因,妈妈莫慌

据专家介绍,宝宝腹泻主要分为感染性腹泻和非感染性腹泻,所谓感染性腹泻是指由细菌或病毒等病原体感染人体造成的,如宝宝所用的奶瓶、餐具和食物被细菌、病毒污染,以及与患病的家人或其他患儿的近距离、长时间接触,都有可能给导致宝宝腹泻的细菌病毒以可乘之机。

另一方面,相对于成年人,宝宝的消化系统发育尚未成熟,肠胃也比较敏感,突然变换饮食(如更换配方奶粉等),都可能使

肠道正常菌群失调引起非感染性的腹泻。

此外,有的宝宝因为肠道缺乏乳糖酶,导致肠道对糖的吸收不良,即“乳糖不耐受”,也会引起腹泻。家长应该及时调整宝宝饮食,选择无乳糖或低乳糖配方粉。

宝宝腹泻时,很多家长往往将问题归咎于奶粉。专家表示:“健康宝宝腹泻的原因很多,气候的突然变化、宝宝胃肠功能的紊乱、感染都可能是腹泻的诱因。仔细分析病因,及时对症下药才是关键。”



第2招 宝宝口粮,只选对的

宝宝主要的口粮——奶粉自然成了家长们关注的焦点。关于奶粉品牌的选择,建议宝妈们尽量选择经历过时间考验的品牌。

业内专家介绍,现代婴幼儿奶粉在生产环节是可以确保产品品质的,我国目前执行的是婴幼儿乳粉第四代标准,

在技术上是先进的,也是世界上最严格的标准之一,凡在国内生产婴幼儿配方奶粉,或进入中国市场的国外产品都要符合这个标准。家长在购买奶粉时应注意产品上是否有“QS”企业食品生产许可标志,同时选择知名企业的正规产品。



第3招 奶粉有异? 及时停用!

选对了品牌,是不是就可以高枕无忧了呢?值得注意的是,部分奶粉在运输过程中难免会受到碰撞或挤压,一旦罐体受损,无异于将奶粉暴露在空气中,极有可能造成奶粉的污染。因此,购买奶粉时应尽量通过正规渠道购买,同时应挑选包装完好、没有凹瘪罐的产品,并保留好购物小票。

使用过程中也应注意观察奶粉的性状:如果发现奶粉有敲不散的硬块、出现异味或异物,说明奶粉已经受到污染,应立刻停止给宝宝使用。

奶粉本身是一种富含高蛋白和高营养的食品,极易招虫或发生氧化变质。家长们每次冲奶粉时,应先将手洗净,并且完全擦干,不要把湿气带入奶粉中;奶粉取完后,要及时盖上盖子,并且把奶粉放置在通风干燥的地方储存。奶粉开封后,应在一个月内喝完。

(张秀兰)