

母亲节将至 给妈妈们送份养娃“避坑”指南

本周日即5月9日,就是一年一度的母亲节。当一名称职的母亲,不仅需要爱与耐心,还需要理性和科学。如今网上关于育儿的“知识”“技巧”可谓五花八门,让人眼花缭乱、难辨真假。

值此母亲节来临之际,特送上一份育儿“避坑”指南,为妈妈们扫清养娃路上的陷阱。

要想母乳好,妈妈就得多喝肉汤?

真相:肉汤脂肪含量高,或引发婴儿腹泻

生产后,新手妈妈或许都喝过猪蹄汤、排骨汤等催奶汤。“喝汤下奶”的说法由来已久,无数新手妈妈为催乳每天饮用鸽子汤、老母鸡汤等高脂肪肉汤,更有不少专业“催奶师”鼓吹“没有奶水,就是因为没喝肉汤”。

“适量喝汤可以促进乳汁分泌,但不能喝得过多。”青海大学附属医院产科护士长孙宝琳在接受记者采访时介绍,肉汤脂肪含量很高,过多摄入肉汤,不但会使产妇发胖,而且乳汁中过多的脂肪还会导致婴儿出现饮食性腹泻。

孙宝琳向记者解释,母乳喂养时,妈妈们真正需要额外补充的是钙剂,可多食用牛奶、

豆制品等含钙丰富的食物。“妇女产后对钙的需求量,比孕期时还要大,如不注意及时补充,容易导致骨质疏松。此外,哺乳妈妈还需要多吃一些蔬菜、水果,这样不仅可以避免便秘、牙龈出血等问题,还可以增加乳汁中维生素的含量,对婴儿的生长发育有好处。”她说。

“喝肉汤对泌乳多少起不到决定性的作用,想泌乳充足要做到以下两点。首先,产妇要树立信心,相信自己能产出足够的乳汁。其次,妈妈们要引导婴儿频繁有效吸吮,婴儿对乳头的吸吮刺激,能反射到母亲脑部,从而促进与乳汁分泌和排出有关的重要激素的生成。”孙宝琳补充道。

抱着孩子晃动更易哄睡?

真相:剧烈摇晃会损伤婴儿脑部

抱起娃,左右上下摇晃,一边摇晃一边拍,再来两句动听的儿歌,这似乎是新手妈妈的“招牌动作”,但这样做真的对吗?

对此,孙宝琳表示,很多父母在抱宝宝睡觉的时候,都习惯性地来回摇晃,但这样做未必科学。如果婴儿睡不着或哭闹不止,抱着孩子轻轻晃动可以起到安抚和助眠的作用,但时间不要太长。长时间、大幅度的摇晃,会引起宝宝身体不适,

因为宝宝颈部的肌肉以及韧带还没发育成熟,比较柔软,这样做可能会造成宝宝颈部损伤、脑部短暂性出血。

“绝对不能大幅度晃动婴儿。”青海大学附属医院儿科主任吴秀萍对记者说,“婴幼儿头部重量在全身占比相对较高,其颅底比较平坦,脑部不易固定,剧烈摇晃会造成婴儿脑部损伤,轻者嗜睡、食欲不振、烦躁不安,重者可能会出现抽搐、意识不清等症状。”

宝宝乳牙会换,蛀了不用管?

真相:蛀牙影响宝宝健康和颜值

“乳牙迟早要换,蛀了不用管。”受这句话的影响,很多宝宝乳牙蛀了,家长们不以为然,认为乳牙迟早会换,补不补不要紧。可事实真是如此吗?

“这样的想法是错的,蛀牙不仅影响宝宝健康,还影响颜值。”吴秀萍表示,小孩乳牙蛀了绝大多数情况下都需要修补,除临近乳恒牙交替期,可以考虑将乳牙直接拔除等待恒牙萌出外,其余时间只要发现蛀牙就要尽早修补。

吴秀萍介绍,乳牙虽会被

恒牙替换,但要到6至12岁之间才能完成替换,在此之前,乳牙出现龋坏是不能自愈的,只能不断恶化,最终会引发牙髓炎或牙根尖周脓肿。当出现牙髓炎时,牙齿会出现疼痛;若出现牙根尖周的脓肿,面部也会出现肿胀,脓肿可能会波及恒牙胚。

“另外,乳牙能帮助孩子咀嚼食物,乳牙研磨食物,也能够促进颌骨发育。因此,若乳牙蛀了,应该及时补牙,避免出现牙列不齐或者颌骨发育不健全的现象。”吴秀萍强调。



用退热贴退热快?

真相:仅能降低局部温度

很多有孩子的家庭,药箱中都会备着“降温神器”——退热贴。孩子发高烧妈妈最怕的就是,孩子烧坏脑子。于是,只要孩子一发烧,很多妈妈就会给孩子贴上退热贴。可这种做法科学吗?

现在市场上销售的多数退热贴,其主要成分为巴布剂(凝胶膏剂)。在使用过程中退热贴凝胶中所含水分被皮肤的热量蒸发汽化,从而带走体表的热量、降低体温。

“退热贴治标不治本。”复旦大学附属儿科医院(国家儿童医学中心)副主任医师黄志恒认为,退热贴凝胶中所含水分在汽化时可以将热量带走,它跟凉毛巾或冰袋敷头达到的效果差不多,只能降低局部

皮肤的温度,给宝宝带去暂时的舒适感,但对降低体温起不到太大作用。

“此外,有些孩子会因接触凝胶出现过敏症状,表现为皮肤瘙痒、发红、出疹。”黄志恒说。

对此,吴秀萍表示,婴幼儿发热时,家长将退热贴贴在孩子额头,可以降低大脑局部温度,同时能够缓解身体不适。“这种方法一般适用于轻微发热。如果是高烧,体温大于38.5摄氏度,患儿应及时口服退烧药,如布洛芬或对乙酰氨基酚等,而不能仅使用退热贴,因为此时退热贴的退热效果是微不足道的。除此之外,家长还需要密切监测患儿体温,如出现持续高热应及时就医,以免耽误病情。”她说。

贵人语迟,说话晚聪明?

真相:开口过晚或是语言发育迟缓

“贵人语迟”是我国自古就有的说法,它出自《论语》中的:贵人语迟,敏于行却不讷于言,泰山崩于前而色不变,麋鹿兴于左而目不瞬。这个词的原意是指很多有谋略的人,不善言谈,却心中有数、行动迅速。不过,这句古语在民间流传开后,就逐渐被误解为:说话晚的小孩子将来是富贵命。这样的说法靠谱吗?

对此,吴秀萍给出了否定的答案。“当孩子的语言发育明显落后于同龄人时,可以被判定为语言发育迟缓。”她说。

吴秀萍介绍,孩子存在语言发育迟缓,在不干预的情况下,大致会发展成两种状态,一部分的孩子语言能力逐渐追赶上来,在3、4岁时会变得如同龄人一样正常,但进入小学阶段可能会在学习

上出现一些问题。另一部分的孩子会表现出更多问题,在3、4岁时语言仍然没有达到正常水平,孩子在进入集体环境后,原有的语言问题会进一步扩展到学习和行为上。“比如上幼儿园时,语言发育迟缓的孩子会表现为注意力不集中、不听指令、不合群,难以参与班级集体活动。未来进入小学阶段,这类孩子会出现不能完全理解教学内容、阅读困难等问题。”她说。

此外,吴秀萍还坦言,孩子在正常的语言环境中,到了一定年龄还不开口说话,有可能是听力、智力、构音器官或心理等方面出现了问题,家长需要早发现、早干预,不要让“贵人语迟”的想法耽误了孩子。(科技日报)

鲜虫草到店立减10元/根
苏和堂南禅寺店(解放南路701号/朝阳公交停车场南侧) 400-102-0026

西藏冬虫夏草38元/克
20年老店: 82759166

公告

江苏进利科技股份有限公司:
本中心受理的你单位原职工喻静投诉你单位在2018年3月至2018年6月、2019年10月至2020年3月为其少缴、漏缴住房公积金案,经我中心核实后,已向你单位送达《责令限期缴住房公积金决定书》(编号[2020]锡房金执字3-0004号)。现依法向你单位公告送达《催告书》(编号[2020]锡房金执字3-0004号),请你单位自公告之日起60日内来我中心领取《催告书》,逾期则视为送达。

特此公告

无锡市住房公积金管理中心
2021年5月6日

无锡市中山路218号万达酒店(原锦江大酒店)一楼大堂
无锡盛方源生物科技有限公司
关于召开股东大会的通知

敬告股东:
经公司研究决定于2021年5月21日召开公司股东大会,现将有关事项通知如下:
一、会议时间:2021年5月21日(星期五)上午9:30
二、会议地点:公司会议室
三、会议主持人:董事长吴卫忠
四、参会人员:公司全体股东代表
五、列席人员:相关职能部门负责人
六、会议议程:
(一)审议公司2021年工作目标、经营计划
(二)研究和布置公司热烈庆祝中国共产党成立100周年系列活动和方式
(三)其它事项
(七)通知传达:正式书面会议通知将用邮寄方式送达各股东手中
无锡盛方源生物科技有限公司
2021年5月6日

● 遗失李晨程出生医学证明编号P320125937作废
● 遗失苏B2387挂车营运证正本锡320206000615声明作废
● 遗失孙旭诞个体工商户营业执照副本,注册号3202023604526作废
● 施云雷遗失崇安区棉宝宝床上用品店法人章、财务章各一枚,声明作废
广告热线 82767591 82767682