

肉汤可催乳、乳牙蛀了不用管…… 网红育儿法,其实是陷阱

养育婴幼儿,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。



1 多喝肉汤,母乳就好吗 真相:妈妈喝肉汤可引发婴儿腹泻

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,不少新手妈妈为了催乳,每天都喝鸽子汤、老母鸡汤等高脂肪肉汤,更有不少“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。

“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。”孙宝琳补充说。

2 晃动孩子更易哄睡吗 真相:剧烈摇晃伤脑

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。婴儿睡不着或哭闹不止,抱着孩子轻轻晃动可引起安抚和助眠的作用,但时间不要过长。长时间、大幅度的摇晃动作,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,所以,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医师吴秀萍对记者说,“婴幼儿头部重量在全身占比相对较大,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、意识不清等状况。”

4 用退热贴退热快吗 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,只会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。

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,体温高于38.5摄氏度,就应及时给患儿口服退烧药,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,如果出现持续高热,就应及时就医,以免耽误病情。”她说。



5 说话晚是聪明吗 真相: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》,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,在三四岁时会变得如同龄人一样正常,但进入小学阶段后,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,在三四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。将来进入小学阶段,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。

据《科技日报》

分类广告
电话:0317-5590779
地址:浮阳南大道全媒体中心
(联通营业厅对面)

吉屋出售
1.国贸大厦写字楼: 50.33平,地处沧州市中心,紧邻华北商厦、沧州商城,交通便利,可做办公室、工作室等。
2.署西嘉园门市:上下两层共88平米,位于居民区内,人口密集,适合办公、办班、开诊所等。电话:15076760888

出售
国富中心门市,一楼,中间位置,1d253,建筑面积18平米,使用面积9平米。
联系电话:17603171639

专业空调维修
移机 加氟 回收
0317-8518890

出售
天津开发区,59-150平米,现房“可办理落户”无需天津户籍即可购买,详情咨询13373472306。

克莱曼婷家纺
乳胶床垫,含量93%,厚度7.5厘米,1.8x2.0米1398元/条,包邮到家,各种尺寸、厚度的乳胶床垫、乳胶枕,欢迎进店咨询;克莱曼婷家纺工厂入驻抖音,关注抖音号193580211,或者搜索“克莱曼婷家纺”,到老同天购物中心领取拖鞋一双或者全棉毛巾一条,全棉床单9.9元/条,各种工厂福利关注直播间,每天大漏床品聚多。
17731713111(微信同步)

刊登广告须知
一、产品广告持营业执照副本、商标注册证、生产许可证、产品合格证;
二、专利、药品、农药、兽药、食品等广告须提供省级以上有关部门广告审批证明;
三、化妆品广告须出具卫生许可证和生产许可证;
四、招工、招干广告须到劳动人事部门所属的职业介绍机构办理登记手续;
五、社会力量办学招生广告以学历教育为主的到教委办理登记手续,以职业技能为主的到劳动部门办理手续;
六、广告内容须加盖单位公章;
七、凡限购特价商品,一律到物价、公证部门分别办理认证和公证手续。
沧州晚报广告部

企业是船 广告是帆
沧州晚报广告部 助您一帆风顺
3155777