

责任编辑

彭璐

版式设计

张媛媛

坐诊名医：芜湖市妇幼保健院儿科主任、副主任医师 张祥生

名医简介：擅长新生儿常见疾病的诊治；新生儿肺炎，新生儿高胆红素血症，新生儿败血症，新生儿呼吸窘迫综合征等疾病；小儿呼吸道及消化道常见疾病的诊治，同时擅长婴幼儿营养性疾病以及过敏性疾病的预防和治疗。是芜湖市新生儿甲状腺功能减退症的专职医生，同时擅长于新生儿代谢性疾病治疗以及新生儿髋关节筛查。

坐诊时间：星期一上午专家门诊，星期三、五全天普通门诊



小儿秋季保健注意事项

进入秋季，早晚温差变化大，孩子容易受凉，有的爷爷、奶奶总是说要给孩子多穿些衣服，以免冻着。孩子衣服穿得少是感冒的导火线，不是真正的原因。如果孩子衣服经常穿得不多，那么他的抗寒能力反而会很强。当然也不是说要穿得过多，小孩应该比大人要多穿一件衣服就差不多了。注意秋末增加衣服也不要过快，使机体有个适应的过程，俗语“春捂秋冻”就是这个道理。虽然天气会逐渐变冷，但家里还是要保证一定时间的开窗通风，使室内空气流通，被子需要经常晒太阳。

秋天水分散发快，腹部受凉，使肠蠕动增加，也会诱发消化功能紊乱。婴儿秋季预防腹泻，应以合理喂养为首，提倡母乳喂养，辅食每次限一种，适时断奶，注意乳品保存良好。幼儿应尽可能少食辛辣刺激性食物，多饮开水、淡茶、豆浆、乳制品、蜂蜜、果汁以及牛奶等饮料，适当食用粗粮和富含水分、维生素的新鲜果蔬。对于常在秋季咳嗽的宝宝，家长可以炖些冰糖雪梨水给宝宝喝。秋季也是吃蟹的季节，蟹属寒性，宝宝的脾胃嫩，不可以多吃，且在吃之前一定要煮熟，保证饮食卫生。另外不要把服药作为预防生病的途径，避免长期滥用广谱抗生素造成肠道菌群紊乱。除了在饮食上要注意外，宝宝皮肤黏膜比较娇嫩，皮肤和嘴唇容易干裂。家长应先用湿热毛巾敷在宝宝的嘴唇上，使嘴唇充血，然后涂抹润唇膏。鼻腔内的黏膜干燥时，可用棉签蘸淡盐水滋润鼻腔。

秋季宝宝的易发病还包括如哮喘、过敏性鼻炎、皮肤过敏等，多是由于季节变化，大气污染，宝宝接触了过敏原而导致的，对于有过敏体质的宝宝，海产品、牛羊肉少吃，尽量避免接触落叶、粉尘、化学制剂等。

夏末秋初季节，宝宝们容易染上寄生虫，此时是驱虫的最佳时机。孩子感染寄生虫后比较明显的特征就是夜里睡觉磨牙、肚子痛、食欲不振或食欲好却日渐消瘦、脸上有白斑、舌头上有小白点等。但要去医院做确诊，建议在医生的指导下服用打虫药，因为错误的打虫方法可能使蛔虫在宝宝腹内乱窜，引起严重的并发症。

在这个时候，家长还应该有时间多带幼儿到户外活动，多晒太阳，晒太阳可以促进维生素D的合成从而促进钙的吸收，另外有氧运动能增强宝宝的体质，提高机体抵抗力，自然能够少生病。但要注意少去人群密集的公共场所，避免被传染。

对宝宝来说生活作息非常重要，秋季夜间慢慢延长，如果大人没能在夏天的长白日节律中调节过来，晚上过于亢奋，睡眠时间过晚，就会连带着宝宝也不能早睡早起。家长要保证宝宝的中午和晚上睡觉的时间和数量，可以为宝宝买个闹钟，督促好宝宝。合适的作息节律，不仅有利于宝宝健康成长，而且帮助他们养成良好的生活习惯。



孕妇徽章公益讲堂进社区 助力新手爸妈科学育儿

新生命的降临总会给家庭带来超多欣喜，兴奋之余也会伴随不少困惑，不知道该如何照料他们才是正确的。为了减少新手爸妈的育儿困惑，掌握更多小宝宝日常护理技巧。9月6日上午，《金周刊》联合鸠江区卫计委、四褐山街道卫计办开展孕妇徽章公益讲堂，特邀市妇幼保健院妇产科主管护师郭红霞跟准爸妈们分享新生宝宝的护理方法，手把手教他们共同呵护刚刚落地的小宝贝。

宝宝脐带护理不当问题多

虽然已经是九月份了，但是天气还是很闷热。尽管如此，当天的四褐山社区会议室内热闹异常，甚至加了两排座位都不够。记者了解到，此次讲座很多家长都是全家出动，很多都是从市区一早赶过来，现场座无虚席！

一般情况下，脐带在出生后1-2天开始干瘪，3-4天开始脱落，10天到半个月自行愈合。讲座一开场，郭红霞为大家带来满满的干货，教大家如何做好新生宝宝的脐带护理。她提醒在座的准妈妈，如果宝宝到了半个月以后脐带还没有脱落，那就要去医院检查了，排除其他疾病的可能。

原来宝宝的脐带不需要特殊护理啊。听了讲座，二胎准妈妈张女士感慨万千，要是早点听讲座学习育儿知识就好了。她告诉记者，自己生大宝的时候请了月嫂，每天给他洗澡的时候都小心翼翼地用护脐贴，洗完了还用碘伏消毒，结果大宝快满月了脐带还没有脱落，到医院一看才知道得了脐炎。这次怀二宝，我要多听课多学习，在护理宝宝问题上可以少走一些弯路了。她指着记的满满当当的笔记本说。

新手爸妈争相学习带娃神技

目前已经怀孕八个月的小夏在参加完讲座后告诉记者：讲座内容很丰富，而且满满都是干货，都是我需要的。回去一定要好好消化，给我婆婆也上一课。

听了郭老师的课，受益匪浅，作为一个新手爸爸要面对很多未知的问题，我们需要有专业人士来告诉我们，应该怎么办。小奶酪的爸爸王先生是一位新晋奶爸，面对小生命的到来，常常手足无措，书买的很多，但是纸上读来终觉浅，没有实践总是无法出真知。讲座结束以后，他告诉记者，自己掌握了很多有用的育儿知识。首先就是知道该怎么正确地给小奶酪拍嗝了，他表示，可以当个合格的奶爸，协助妻子照顾好宝宝。希望以后可以经常听类似的讲座，多学点知识。

社区计生工作人员告诉记者，为了不让流动孕产妇成为被容易忽视的一个群体，四褐山街道卫计办把她们的需求作为计生服务的着力点，细心做好育龄妇女的孕前、孕中和产后服务工作，把优质服务送到育龄妇女手中。

本刊记者 彭璐/文 汪武/摄

孕课堂



赵艳芳 从事临床工作25年，现为芜湖市妇幼保健院妇产科主任、副主任医师。擅长妇科常见病及多发病的诊断治疗，各类妇科手术及计划生育手术娴熟，在产科方面，对高危妊娠诊治、各种难产的处理有着丰富的临床经验。

问：我是二胎妈妈，是吃了避孕药意外怀孕的，疑似单绒单羊双胞胎，目前11周了，这个宝宝可以要吗？

答：研究数据表明，口服紧急避孕药不会对已形成的胚胎造成伤害。因此，ACOG强调妊娠期不小心服用不会造成严重的不良后果，也不需要终止妊娠，孕期定期产检！

问：我今年35周岁，意外二胎，宫颈有息肉三公分根蒂大，而且边缘毛糙，之前一直出血，医生说割不割息肉都容易流产，现在不出血了，还要割掉吗？15年做过宫颈筛查阴性，9号血检T3、T4、FT3、FT4、TPOAB、TGAB都正常，就是TSH偏低0.243，参考值0.27-4.2，这个会影响胎儿智力吗？

答：宫颈赘生物建议你到正规医院妇科进行相关检查，赘生物边缘毛糙建议行手术摘除，若蒂部宽且深则手术风险大，可先行宫颈筛查，必要时取活检明确诊断。孕妇可出现短暂的甲状腺功能亢进，一般无需使用抗甲状腺药物，甲状腺功能通常在孕20周恢复正常，TSH偏低建议复查。