

TIPS

大家好,我叫王 星辰,是个喜欢运动 的宝宝,躺在床上动 动手动动脚,每次洗 完澡后妈妈给我按 摩就更开心啦!



《雨中花田》

姓名 陈可心 年龄 6岁 创作手法 水粉 步骤:1.用滴画法淋出彩色的雨。2.水粉 颜料按照步骤画出向日葵。3.最后敲上 点点。





教师点评:对于滴画法非常感兴趣,画出的向日葵大大小小很可爱,能够准确描绘出花的结构。 指导教师 變清琛



本刊记者 彭璐/文

腹泻是儿科医生们常常挂在嘴边的 小儿四病 之一,几乎每个妈妈都被宝宝腹泻困扰过,时值夏秋转换之际,轮状病毒开始作乱,宝宝容易出现秋季腹泻。市妇幼保健院儿科副主任刘燕提醒,这个时节要特别注意预防秋季腹泻。家中宝宝如果有出现反复呕吐、腹泻、发热等症状的,要及时就医。居家护理要注意及时补液,以防脱水。

秋季腹泻并不只是拉肚子

季腹泻学名 轮状病毒肠炎 ,是由轮状病毒感染引起的婴幼儿腹泻 ,主要侵入6个月到5岁以下的宝宝。一年四季皆可发病 ,但是由于主要高发季节在每年的10月到次年3月 ,所以也被叫做 秋季腹泻 。秋季腹泻也并不是一上来就拉肚子 ,多数会先发烧、呕吐 ,因此常常会被误诊为呼吸道感染。刘燕提醒说。

很多没有经验的新手妈妈总是拿不准宝宝是不是得了秋季腹泻。她建议,如果宝宝便状呈水样便或蛋花汤样,每日大便5 10次,而且伴有发热、流涕、轻咳等类似感冒症状,就要警惕感染,注意加强护理。不过,秋季腹泻是自限性疾病,可以自愈。如果孩子只是出现轻微症状,胃口好、精神好,在家护理即可,但如果患儿高热不退、呕吐严重、腹泻次数多、精神萎靡,则属于重症,需要尽快送医诊治。

远离秋季腹泻预防是关键

宝宝得了秋季腹泻该怎么办呢?刘燕告诉记者,在居家护理方面,护理腹泻的宝宝特别要注意两点:一就是及时补充水分和电解质;第二就是宝宝腹泻期间,臀部很容易发生尿布疹,这个时候要注意局部皮肤的护理,每一次在宝宝大便以后都应该用温水把宝宝的小屁屁洗干净,洗完以后给宝宝擦干皮肤。她特别提醒,宝宝皮肤娇嫩,不要来回擦宝宝的屁股,应该选用干净、柔软、吸水性较好的毛巾直接印干就可以,然后给宝宝臀部涂上护臀膏,这样宝宝就不容易患尿布疹。

那么该如何预防秋季腹泻呢?刘燕介绍说 轮状病毒引起的秋季腹泻,是一种传染性疾病,主要通过粪口传播。她提醒家长们,首先应该掌握预防措施:要做好家庭以及宝宝的清洁卫生,尤其注意饮食卫生,宝宝的餐具应及时清洗、煮沸消毒。对宝宝,妈妈要及时帮他清洁双手,对宝宝喜爱的玩具也要及时清洗消毒,并且养成勤洗手的习惯,避免病从口入。如果家人有患上腹泻一定要做好隔离,如果是照顾宝宝的人也应该做好隔离替换,避免交叉感染。刘燕建议妈妈断奶也一定要避免在夏季,以免降低宝宝的肠道防御功能,添加辅食要做到循序渐进。



宝宝饿了

虾米花蛤蒸蛋羹

宝宝的健康生长离不开体内的各种 微量元素,钙和锌是必不可少的。怎样给 宝宝补充钙和锌?最好的途径就是给宝 宝制作可口的菜肴,让宝宝在饮食中摄 入。

主料 :虾米 ,花蛤蜊(新鲜的最好) ,鸡蛋2 个 葱花。 辅料 黄酒、盐、葱适量 做法:1、虾米洗净切碎,有条件的可以把虾米放在黄酒里浸泡10分钟入味去腥。

2、花蛤洗净,用开水烫后使花蛤壳打开。 3、鸡蛋磕入碗中,打散,加少许盐,加虾米 和花蛤,加温水,放入葱花,大火急蒸,蒸 至结膏后即可。

