

家有偏食宝宝该咋办?

中外顶尖专家会诊偏食宝宝

妈妈的烦恼

宝宝偏食,我好担心

“我们家宝宝1岁以前很乖的,蛮好带的;1岁一过就开始挑食了!甜的、软的她爱吃,但猪肝泥、胡萝卜泥、主食、蔬菜统统不爱吃!挑三拣四的,每次吃饭都像在打持久战,外公外婆轮流哄着喂她吃;最近宝宝越来越过分了,有时候嚼了两下,还会立马吐出来,这样下去,我是真的很担心,她会不会营养有问题啊?”

——欣欣妈妈

专家观点

其实,像欣欣妈妈这样每天为“偏食宝宝”苦恼的妈妈大有人在;餐桌大战已经成为家有宝宝的中国家庭每天上演的“保留节目”。据调查,目前我国1~7岁宝宝中有偏食行为的数量高达44%,在大家已经习以为常的宝宝偏食行为背后是否有什么新的研究发现是广大家长所不知道的?宝宝偏食到底是不是可以听之任之?偏食会不会隐藏健康隐患?日前,在2009年第13届亚太儿科会议暨第3届亚太护理会议(APPA)上,惠氏

特别邀与会专家——美国儿童饮食行为研究专家苏珊·约翰逊博士和中国儿童与青少年保健专家盛晓阳教授为偏食宝宝提出指导性的“补偏”计划。

宝宝餐桌上的小秘密,宝妈了解吗?

原来,宝宝不爱吃新食物是“天生”的。苏珊·约翰逊博士指出,宝宝不愿意尝试新食物,有时是源于自我保护,对待新食物人们都会有一种“陌生感”,宝宝也会因为陌生而产生好奇,进而希望能够破解并得到答案。但对于敏感、生性小心翼翼的宝宝,陌生会让他们产生“恐惧”,结果当然就是排斥。所以宝宝对“眼熟”、“口熟”的食物更有偏好度,只有这个食物反复出现在餐桌上,才能让宝宝增加“安全感”,更易于宝宝接受,宝宝才会试着去尝试。

小秘密1:妈妈熟悉,宝宝也熟悉

妈妈在孕期和哺乳期间对食物的喜好度,会影响宝宝对食物的接受度。根据一项研究显示,如果孕妇和哺乳妈妈经常喝胡萝卜汁,她们的宝宝往往比其他宝宝更能接受胡萝卜口味,宝宝更熟悉妈妈所食

食物的味道。

小秘密2:宝宝熟悉有过程
宝宝在接受新食物前有很长的一个适应期,但是有75%的妈妈在宝宝“拒绝”5次后,就误以为宝宝以后再也不会喜欢这种食物,忽略了宝宝对新食物的熟悉过程。

小秘密3:宝宝熟悉讲方法
宝宝在尝试熟悉某种新食物前,很有自己的一套方法呢。“一闻,二玩,三吃”,但很多妈妈都不太了解宝宝的这种行为,就会阻止宝宝熟悉新食物。

宝宝偏食危害何其多,宝妈可知道?

宝宝先天偏爱“眼熟”食物,而妈妈后天的“偏”养也给宝宝偏食起了推波助澜的作用。盛晓阳教授坦言:“就是因为很多妈妈后天对宝宝的溺爱,加重了宝宝偏食的状况。

1~7岁为宝宝偏食好发期,也正值生长发育的黄金阶段。由此所引发的一系列“显性危害”和“隐性危害”不容再被忽视。“显性危害”是属于家长能看到的,有明显特征的,例如低体重发生率较高,偏食宝宝的身高比正常宝宝偏低。而“隐性危害”不易被家长察觉,主要是指会对生长发育存在潜在损害,影响宝宝

未来的身高和体重、智力等发育。对抵抗力降低存在潜在风险。

“行为+营养”完美补偏,宝妈行动起来!

面对无奈的餐桌大战,妈妈们除了爱莫能助,屡战屡败、屡败屡战直至妥协外,是不是有方法来规避宝宝偏食的健康风险呢?盛晓阳教授表示,偏食宝宝的喂养应遵循“行为干预+针对性的营养干预”双管齐下的原则。

“一方面要保证营养供应,另一方面妈妈要消除焦虑,如果妈妈继续非常焦虑,就会起到一种相反的作用。作为儿科医生,建议先让宝宝补充营养,例如给宝宝补充针对性的特殊配方奶粉,如惠氏膳儿加等,让妈妈对于宝宝的营养放心,消除妈妈的焦虑行为。”

另外,父母要通过有效的行为干预,培养宝宝健康的饮食行为。要给偏食宝宝提供健康饮食,给予其吃食物的自由,以理服人、以身作则,对于宝宝的微小进步都应给予鼓励,有意识给宝宝扩大食物的选择面,尽可能让宝宝尝试新食物。任何一样孩子不吃的东西,应变换方法耐心尝试,10次不少,20次不多。 金文

他健康

六旬老汉急性前列腺脓肿 误诊为痔疮

因出现尿路刺激症状、发热两天,60岁的刘师傅到小区附近的医院就诊。医生的初步诊断是尿路感染、糖尿病。几天治疗后,尿路刺激的症状很快消失,但肛门却出现肿痛。之后刘师傅又跑去复诊,但当时医生认为是痔疮,所以未作处理。刘师傅本打算按痔疮来治疗,但到南京建国男科医院参加第十次全国男性健康免费普查时,医生发现他得的并不是痔疮,而是前列腺脓肿。

误诊原是被并发症迷惑

回忆起刘师傅的病情,南京建国男科杨保民院长说,检查肛门时就发现病人的情况并不像痔疮,“肛门指诊前列腺右叶表面有包块,有波动感和压痛。当时就考虑是前列腺脓肿。后来做了B超检查,发现前列腺肿大并液性坏死。”确诊后,刘师傅做了引流手术,术后当天肛门肿痛缓解,经抗感染治疗一周,顺利出院。对于前列腺脓肿,杨保民提醒说,它大多是急性细菌性前列腺炎的并发症,中老年病人,特别是伴糖尿病、有尿路刺激症状,而尿常规中无白细胞,病史中有肛门肿痛者,应高度怀疑前列腺脓肿,及时做肛门指诊及B超检查。该病只要及时诊断治疗,一般预后较好。

普查现场还发现三例前列腺炎误诊病例

除了刘师傅,第十次全国

男性健康免费普查现场还发现了三例误诊病例。而这三例的问题基本相同,都是把尿路感染误诊为前列腺炎。32岁的常先生10月因尿频、尿痛等症状就诊,经检查发现前列腺液里白细胞为15-20/HP,被诊断为前列腺炎。随后接受了常规的抗菌抗炎治疗,但效果一直不理想,时好时坏。所以11月初,抱着“我的病为什么治不好”的心态,常先生赶到普查现场希望能找到专家。在现场,他遇到了建国男科杨保民院长。详细了解他的病情后,杨保民建议再做一些检查。而之后的检查也揭开了常先生为什么久治不愈的原因——尿道分泌物检测出支原体,前列腺液为阴性,他的病被重新确诊为支原体引起的尿道炎。之前的前列腺可能并无感染,而尿路感染一直存在。由于最初没有明确病因,所以后面的治疗中用药缺乏针对性,治疗效果当然也不会好。快报记者 李鑫芳

活动看板

江苏省中西医结合医院将于11月26日下午3:00在华东电集团科技会堂二楼会议室

(迈皋桥桦华路1号)举办糖尿病宣教活动,内容包括该病的危害、营养和防治误区。

BODY SCULPTURE
安全·自然·自信

荣获全球的中国整形美容协会特聘讲师
中国整形美容协会特聘讲师
大连医科大学第三附属医院教授
中国整形美容协会常务理事
中国整形美容协会常务理事

JIANGSU SIRRIM PLASTIC AND AESTHETIC HOSPITAL
江苏施尔美 整形美容医院

美丽“齐”遇记

遇见完美身姿

perfect body sculpture

双层紧肤溶脂 科学瘦身+美学理念

完善 减肥紧肤双效合一

脂肪堆积分深层和浅层,吸出多余的深层脂肪即可达到减肥瘦身的效果,让您的身材迅速苗条;吸出多余的浅层脂肪达到紧致肌肤、雕塑形体的作用,让您的体形更加精致、柔美。

完备 瑞士尖端设备支持

采用瑞士尖端全电脑分层技术,医学塑身配合美学理念,根据个人情况,精确定位腰、腹、臀、腿及上臂、脸部、颈部等传统吸脂困难部位,精确控制脂肪量。

完美 术后恢复效果明显

360°环向定位均匀乳化溶解目标脂肪,经过权威临床安全检验,微创负压彻底吸脂,恢复期比其他技术缩短30%,不影响工作、学习,轻松告别反复减肥的噩梦。

齐唱“秦”歌
谁与同台
——施尔美·“秦”歌大赛

主 办:江苏施尔美整形美容医院
承 办:大洋文化 邦世盈秋文化
特别协办:上海品姿国际贸易有限公司
指定欢唱点:欢乐迪KTV

2009年12月25日 南京五台山体育馆《天使与狼》齐秦齐豫圣诞演唱会 敬请关注

经典项目|面形修改 五官整形 面部除皱 隆乳美胸 吸脂减肥 OPT美白祛斑 激光脱毛 水养嫩肤 美白针 牙齿美容 祛痘祛疤 妇科整形等百余种

美丽专线:025-84488400 4006900188 www.jssem.com 地址:南京市龙蟠中路215号 QQ:1091616828