



本版主持
点点姐姐

QQ群:83574874
邮箱:kbdz@163.com

宝贝不吃饭,爸妈都很着急。宝贝生个病,全家人都很紧张。如果宝宝生了病,想了解哪个儿科专家看得更好,可以给点点姐姐留言咨询,或者登录 baby.dsqq.cn 进入爸妈论坛,让点爸点妈们来参谋一下。

大话辅食

节后饮食要“三多”

由于春节期间饮食不注意,有些宝宝出现了一些上火的症状。为此,节后妈妈们可要采取措施来“灭火”哦!

多喝水

假期鱼肉及精细食品吃得多,减少了粗纤维摄入,容易使大便干燥,宝宝就可能便秘了,所以要多喝水,多吃水果蔬菜,保持每天大便通畅,并适当增加运动。

多吃粗粮

吃了太多油腻辛辣煎炒的食品,容易致使脾胃受损,严重者口角会出现糜烂,所以应多吃豆类、小米等粗粮和绿色新鲜蔬菜等,增加进食品种,避免吃刺激性食物,减少对口腔和肠胃的刺激。

多吃清淡食物

节日里走亲访友的,宝宝的作息习惯也会受到影响,又抵抗不住巧克力、花生、果仁等零食的诱惑,于是内火重了,所以吃得越清淡越有利于降火。
何珊

点妈聊吧

注意! 舔嘴唇会长“胡子”



NH3430号 徐艺函

冉冉这两天总是喜欢舔上嘴唇,时间长了,上嘴唇外面一圈红红的,像长了一圈小胡子。去了医院才知道,冉冉得了唇炎。冉冉妈很纳闷,平时也没少给冉冉补充水分,怎么突然就起皱、发红了昵?

[支招]

旋儿:多吃蔬菜

我记得我小时候也得过,我妈说是缺乏维生素B才会得唇炎,所以多给宝宝吃蔬菜是最好的方法,还要多喝水。

解析:多给宝宝吃富含B族维生素的食物,如动物肝脏、瘦肉、禽蛋、牛奶、豆制品、胡萝卜、新鲜绿叶蔬菜等。教育宝宝不偏食,不挑食。做饭时要防止维生素流失,不要过度淘洗;蔬菜要先洗后切,切后应尽快下锅;炒菜时可加醋。

珊:抹点唇膏

我家儿子一到冬天这脸啊、嘴唇什么的都很干燥,他还特别不爱喝水,也不太喜欢吃蔬菜。尽管我知道这样不好,但是拗不过他!后来就给他涂了一些儿童润唇膏,稍微好些。

解析:到了冬天,妈妈喜欢给宝宝涂抹唇膏,认为这样可以避免嘴唇干燥。其实唇膏内所含的色素、化学基质,会吸收口唇黏膜细胞内的水分,使得宝宝口唇黏膜细胞发生脱水现象,以致口唇

黏膜变得干燥起皱,所以总感到口周皮肤和口唇黏膜干燥,会情不自禁地用口水来滋润口周皮肤和口唇黏膜。

虎妞:减少外出

不管是宝贝脸皴了,还是得唇炎,我觉得都和天气有关系,外面太干燥了。尤其有风的时候,婆婆带虎妞出去绕了一圈,回来小脸就红红的、干干的。几次下来,脸都皴了。

解析:寒冷和多风的气候常使宝宝口唇、口角周围皮肤黏膜变得干燥,口角开裂,有时会感染上疱疹病毒而出现几颗小水泡。天气太冷时宝宝尽量避免外出,以免吹风受寒皮肤更加干燥;室内可准备适当的容器盛水,增加环境湿度。

[链接]

宝宝冬日护唇守则

1. 饮食护唇

寒冷干燥的冬季,宝宝娇柔的嘴唇更需要维生素C、维生素B₂的滋养。妈妈可以为宝宝多准备一些蛋类、干果、豆类以及新鲜蔬菜和水果,它们富含维生素C和维生素B₂。黄瓜、苦瓜、茄子、梨、萝卜、香蕉、苹果等都

是冬季润燥佳品,不妨让孩子换着样吃。

此外,宝宝不宜吃燥热食物,如辣椒、大蒜、生姜、大葱、洋葱、韭菜、桔子、狗肉、羊肉、桂圆干、荔枝等,这些食物热性太大,容易上火。所以为宝宝熬一点生津、润肺、止渴的冰糖梨水很有必要。

2. 喝水润唇

冬季皮肤水分散失增加,所以要随时补充水分,体内水分充足,嘴唇和皮肤自然也得到充分的滋润。孩子都很贪玩,不到渴极了,很难想起喝水,妈妈一定要及时提醒宝宝喝水;可以将水杯放在游戏桌上,孩子随时可以看见、拿到,自然就起到提醒的作用。千万不要等到孩子口渴明显时再喝,此时,机体的细胞往往已严重缺水。

3. 清洁嘴唇

每顿饭,妈妈可以用温水帮宝宝将嘴唇洗干净。用清水即可起到清洁作用,不要用香皂等碱性清洁剂,否则,更容易引起干燥。

4. 滋润嘴唇

清洁擦干后,妈妈可以帮宝宝的嘴唇涂一些滋润品,如少许的麻油等,可以起到滋润的作用。如果宝宝的嘴唇干燥起皮,可千万别让孩子用手撕扯,以避免造成出血和疼痛,甚至引发感染。
点点姐姐

--	--	--	--	--

居家日用

奥克斯快速电水壶1.5L
360度旋转壶身,分体设计,方便快捷。不锈钢壶体,水沸自动断电,安全可靠。不锈钢发热底盘,快速加热。
市场价199元 劲爆价99元

九阳豆浆机 JYDZ-29
是家庭制作多种全营养豆浆、全豆豆浆、绿豆豆浆饮品的实用小电器,采用微电脑控制,预热、粉碎、煮浆、延时熬煮全自动完成,是您健康生活的好帮手。
市场价499元 团购价329元

眼护士自动按摩仪
送价值40元充电暖手宝一个
有效消除眼角皱纹、黑眼圈,保护视力,提高记忆力。
市场价185元 劲爆价98元

索客散热笔记本电脑桌
送40元充电防爆暖袋一个
大面板的镂空设计,让本本在高温下均匀散热。在床上用笔记本电脑可以坐着、躺着。
市场价180元 团购价98元

POLO VILLAE 皮具礼盒
馈赠亲朋好友的理想礼品!
礼盒含自动扣皮带1条,普通钱包1个。皮带和钱包均由上等牛皮制作。
市场价189元 劲爆价89元

彼得斯卡蚕丝十孔冬被
购买即送坐垫一个
规格:2x2.3m,面料:磨毛布,填充物:30%蚕丝、70%十孔。
市场价169元 团购价119元

彼得斯卡薰衣草香枕
面料:全棉;填充:菊花、薰衣草、茶叶;尺寸:48x74cm
市场价89元 团购价49元

元宵节将至 实惠送上门

溧水赏梅花、采草莓、游天生桥、逛大金山生态园一日游
开年特惠 仅此一班(2月27日 星期六!)
原价98元/人 团购价65元/人
*儿童票45元/人;
*可参加2010年梅花节开幕式,观看多种民俗表演。
(费用含全程空调大巴,三个景点门票价值82元/人,全程导游服务,采摘草莓,不含餐费。)

汤山一号温泉 入场券 最新开业五星级设施!
包含50多个温泉池,25m长游泳池,鱼疗池,软饮,水果。(矿砂浴、盐雾浴、火山泥浴需另外收费,温泉不提供免费泳衣、泳裤,敬请自备。)
市场价158元 团购价110元

意大利爱思得真空保鲜盒(5件套)
独特的抽真空设计,让食物长期保持在真空密封状态,比普通密封盒保存期长上3至5倍。适用于微波炉、洗碗机、冰箱冷藏室及冷冻室。
另有9件套:团购价168元(市场价198元)
市场价168元 团购价89元

龙马牌舒适型足浴盆
35-50℃温度设定,微电脑控制,磁疗冲凉,按摩搓脚倍感舒适!
市场价698元 团购价298元
购买龙马足浴盆+足浴剂(团购价20元)可享:
特惠价310元 立省8元!

至能 F4 手机
GSM双卡双待/支持存储卡/2.4英寸/触摸屏/64和弦/蓝牙/摄像/MP3
市场价460元 团购价400元

宏邦蒸汽清洁机
杀菌消毒,清洁高效
与流感斗争到底!可将消毒水和醋滴在药棉上对室内空气进行消毒处理。
市场价398元 团购价185元

淮安土特产系列
淮安下关五香牛肉(150克x4袋/盒)
下关五香牛肉选用牛后臀部位精肉,用传统工艺和现代制作工艺相结合开发出真空包装五香牛肉,其色泽深红,肉质酥软,回味无穷。
市场价78元 团购价70元

洪泽湖熏鱼(400gx2袋/盒)
淮安熏鱼精选洪泽湖野生青鱼为原料,聘请淮扬菜系著名厨师精心烹饪而成,成品肉白细嫩,味道鲜美,口感细腻。
市场价58元 团购价48元

淮安麻辣辣(800克x2罐/盒) 团购价60元
淮安蒲菜(380g x 4罐/盒) 团购价42元
软工特产鱼圆(260g x 4袋/盒) 团购价45元
软工特产肉圆(250g x 4袋/盒) 团购价58元

吕四海蜃系列产品
吕四海蜃皮片大、皮薄、色白;肉干完整,色泽淡红,富有光亮,质地松软,无泥沙、碎杆及夹杂物,无腥臭味。
一级吕四海蜃皮(1000克/桶) 市场价90元 团购价75元
特级吕四海蜃头(1000克/桶) 市场价160元 团购价140元

绿色食品

福建永春芦柑
每箱14斤左右,新品上市
芦柑富含维生素C与柠檬酸,前者具有美容作用,后者则具有消除疲劳的作用;可以促进通便,降低胆固醇。
市场价60元 团购价45元

正宗新疆和田玉枣
3斤精品装,新货上市,开团抢购中
民间俗称无核枣,产自新疆和田地区,其特点是核特别小,有的真的没核,特别甜,口感极佳!
市场价210元 劲爆价180元

新疆冰糖心苹果
每箱14斤左右,汁多味甜!
果形圆润,果品色泽自然,肉质细腻,汁多味甜,酥脆爽口,富含多种人体所需的矿物质和维生素,是极具西域特色的果中珍品!
市场价88元 团购价60元

五芳斋小礼盒
送五芳斋经典8年陈黄酒一瓶
普鸣600g/袋、牛肉250g/袋、卤肉250g/袋、牛肚250g/袋、东坡肉200g/袋、糟香鸡250g/袋
市场价168元 团购价148元

天山贡枣一级品(三斤)
每袋1斤重,3袋起售,密封包装,馈赠佳品
一品:市场价255元 劲爆价225元
二品:市场价195元 劲爆价165元
三品:市场价135元 劲爆价105元

折扣票券

休闲零食
添棒棒(巧克力棒) 30元
不二家千层家庭饼 23元
LV:菠萝蜜 16元
越贡:甘薯条 16元
韩国杏仁糖 10.9元
威斯男爵家庭混装曲奇 35元
德非斯巧克力(大黑传统型) 85元
德非斯巧克力(大精品型) 85元
德非斯巧克力(大金传统型) 85元

电影券
工人影城兑换券 12元
德基影城无敌券 33元

美食券
巴拉贝50元现金抵用券 38元
法派自助餐烧烤午餐券 76元
里约人巴西烤肉午餐券 35元
亨利之家50元现金券 38元

糕点券
冠生园20元现金抵用券 16.5元
宜芝多20元现金抵用券 18.5元
克莉丝汀20元现金抵用券 17元
安特鲁10元现金抵用券 8.5元
莎莉文10元现金抵用券 9.5元
莎莉文20元现金抵用券 18元

小零嘴
哈根达斯200元尊礼卡 170元
爱茜茜里10元冰激凌券 8.5元
座上客20元现金券 19.5元

休闲养生券
乐欣韩式汗蒸月卡(8次) 80元
巴顿男子商务养生SPA 88元