



本版主持
点点姐姐

QQ群:83574874
邮箱:kbdzk@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。

点妈聊吧

断奶宝宝喝汤很重要

断奶后,妈妈就琢磨着怎么给宝宝补充营养了。妈妈们可要学会推荐的几款营养汤,轮换着给宝宝喝哦!

鲫鱼汤 鲜活鲫鱼 150 克,去肚杂洗净,加适量猪油、盐调味,水煮熟,再加葱白一根,生姜一片,鲜薄荷 20 克,水沸即可。汤、肉一起吃,鲫鱼有健脾利咽止咳的功效。

紫菜汤 20 克左右的紫菜,洗净,切碎,烧煮成汤,分次喂宝宝吃,紫菜含有丰富的蛋白质、钙、磷、铁元素及碘、硒、镁、锌等微量元素,还有胡萝卜素、维生素 B 和 C。

豆腐蛋汤 蛋黄 1/2 个、豆腐和清水少许。把蛋黄和清水一起放入,然后上火煮,边煮边搅,开锅后放少许豆腐即停火。

西红柿猪肝汤 切碎的猪肝 2 小匙、西红柿 2 小匙、葱头 1 小匙、盐少许。把西红柿剥皮并切碎;将切碎的猪肝和切碎的葱头同时放入锅内,加水或肉汤煮,然后再加入西红柿和少许盐。 王淑兰

点妈聊吧

彩蝶飞呀飞 宝宝防过敏

春暖花开,不少父母都带着宝宝到户外晒太阳、踏青。可晚上回来一看,发现宝宝的脸上起了好多小疙瘩,红红的,又开始流鼻涕、咳嗽了。原以为宝宝感冒了,可去医院一看,原来是花粉过敏了!



806号宝宝 陆正宁

[支招]

唯凡: 有过敏反应的宝宝在外接触过植物回家后,妈妈要帮他们及时更换外套,杜绝花粉直接接触宝宝。另外,花粉指数高的场所也不适宜晾晒宝宝的衣物哦!

丁香: 这个季节最容易引起花粉过敏啦,可以试试用艾叶泡水给宝宝洗澡。我隔三差五就给我家宝宝洗一次,有时身上的

红点、湿疹,洗过后第二天就好了。艾叶——我们这里几乎家家都有准备,特别是给小宝宝用,去毒的,而且无副作用。

小诗梦: 用“炉甘石洗剂”给孩子身上抹一抹。还有就是可以用韭菜捣汁给孩子抹也很管用的。

彤彤姐: 注意一定不能让宝宝用手抓,不要自己胡乱地用一些药膏,还是去医院先确认一下吧,到底是什么引起的过敏,过敏原是什么,然后再对症下药。

[提醒] 宝宝花粉过敏怎么办

过敏性结膜炎

主要症状: 眼睛发痒、畏光、流泪、分泌物增多、眼睛充血等。

妈妈这样做: 要注意保持宝宝的眼部卫生,不要让他们用手揉眼睛。一旦宝宝眼睛出现怕光、流泪症状,并总爱揉眼睛时,要及时就医,在医生的正确指导下用药。春季多风,外出时妈妈们可为宝宝做适当防护,如在童车上罩个罩子、戴帽子、脸上盖个纱巾等,以防花粉及其他异物吹入眼中。

过敏性荨麻疹

主要症状: 皮肤上出现大小不等的鲜红色、淡红色的风团,这种风团常突然出现,数小时后又迅速消退,消退后不留任何痕迹。

妈妈这样做: 经常给宝宝剪指甲,不要让宝宝用手抓挠,以免皮肤溃烂造成感染。给宝宝穿全棉的内衣,避免化纤类衣服对皮肤的刺激。内衣要宽大且需要经常换洗,洗完以后放在太阳下曝晒,利用阳光中的紫外线进行杀毒。外衣和被褥也要经常换洗,保持干净与干燥。清洁宝宝患处的皮肤,清洁的时候要减少对宝宝皮肤的刺激,避免感染。

过敏性哮喘

主要症状: 哮喘宝宝呼吸时,喘得特厉害,当病发时,病人往往会在深夜因气促而醒来,有些病人还出现胸闷。

妈妈这样做: 花粉过敏者在花粉高峰期外出时可考虑戴眼镜或口罩,尽量不要在草坪玩耍。一旦发生了哮喘,可以先用哮喘气雾剂或有关药物止喘,若无效则应立即去医院急诊。春季易发哮喘的孩子,在春季少开窗,并使用空气净化器进行空气过滤。

»链接

提个醒 花粉过敏期将至

每年 4—5 月是南京花粉集中释放的时期。此时,一些过敏体质患者一旦沾上这些过敏源,往往难逃咳嗽、鼻痒、流涕的烦恼。悬铃木、柳絮和柏树这三种植物最容易让人过敏,所以父母带宝宝外出的时候千万要注意。

学几招 远离花粉侵袭

1. 如果宝宝花粉过敏,尽量避免带宝宝去花草树木茂盛的地方,避开花粉浓度高的环境,并且出门要加强防护。
2. 保持居室空气湿润是消除花粉影响的最佳办法,可挂湿毛巾、擦地或使用加湿器。
3. 在阳光充足且刮风的天气里,最好把湿窗帘、门帘或湿纱网挂在门窗上,以防开窗时花粉进入室内。
4. 勿在室外久留,尤其是每天花粉指数高的时间,例如晴天时的傍晚。要做户外活动及各种运动项目时,尽可能选在花粉指数最低的时候,比如清晨或雨后。
5. 吃些胡萝卜。胡萝卜中的 β 胡萝卜素能调节细胞内的平衡,有效预防花粉过敏症、过敏性皮炎等过敏反应。所以妈妈要适量给宝宝吃胡萝卜。

点点姐姐