



本版主持
点点姐姐

QQ群:100029141
邮箱:kbdzck@163.com

初为人父人母,总会遇到这样那样的育儿新鲜事儿。那就快来和我们分享吧,登录baby.dsqq.cn进入爸妈论坛,把你家的故事说出来。

欲知更多育婴知识,请赶快订制由点点周刊提供的《点点通》手机报。《点点通》订制方式:短信版发送 ddtw 到 106596000;彩信版发送 ddtw 到 106596000,资费均为3元/月,省内电信用户均可订阅。

爆料! 我喜欢

小游戏帮宝宝学走路

坐小船、踢皮球、绕障碍物……这些游戏,既能让宝宝在学站、学走的宝宝有个结实的身,还能让他玩得高兴!

坐“小船”

躺在地上,双腿弯曲。让宝宝趴在你的腿上。一边前、后、上、下地晃腿,一边唱着:“摇啊摇,摇到外婆桥。”最后将他拉向你,亲亲这个可爱的宝贝。

好处:发展听力,强健肌肉。

踢皮球

双手扶住宝宝腋下,移动他的身体,让他的脚朝皮球踢去。玩几次后,可以抓住宝宝的双手,让他自己去踢球。

好处:强健腿部和腹部肌肉,促进眼、脚协调。

绕障碍物

在地上放置不同的障碍物,如塑料桶、玩具,让宝宝绕过或跨过障碍物。先牵着他的手走,等他掌握技巧后,可以让他自己走,但要在他身边保护着他。

好处:促进眼、脚协调,训练腿部肌肉和平衡能力。

孙东

点妈围脖

不要束缚婴儿的小手



483号宝宝 李宏晖

前阵子天气凉,奶奶说,睡觉要把小手盖起来。穿衣服了,奶奶总把袖子拽得长长的。不光老人家这样做,很多妈妈也是把婴儿的小手包起来。

实际上,千万不要束缚住婴儿的小手,应该让其自由活动。小家伙通过手的运动、触摸来认识这个世界,手部的精细动作直接关系着大脑的发育,婴儿手的动作能力发育得越早越好。我家宝贝的手睡觉时就总喜欢伸出来,盖也盖不住的,索性放在被子外面。睡的时候可不安分了,两个手挥啊挥,拉扯被子,握拳头,玩手指什么的。至于给宝宝戴小手套,那更不好,宝宝的手就没有触感了,宝宝碰不到周围的世界,如何感知呢?我经常用玩具、布料逗宝宝。有时看到喜欢的玩具,宝宝会主动伸过手来要抓的样子。

不要担心小婴儿抓破脸。只要仔细给宝宝剪指甲,弄圆滑了就好很多。给宝宝自由,就先从给孩子小手自由做起吧。

面条啦啦

菜鸟对对碰

宝宝“春捂”要不要

春天正是宝宝好发疾病的季节。俗话说“春不忙减衣,秋不忙加帽。吃了端午粽,才把棉衣送。”从字面上看,这话的意思并不难理解,但妈妈们还是会问:“春捂到底该怎么捂才恰到好处呢?”



809号宝宝 谢子豪

四条原则要牢记

穿衣“下厚上薄”。在乍暖还寒的三月,应当注重对孩子下部,尤其是腿脚的保暖,以免感受风寒。

把握好时机。春季气候多变,时有寒潮过境,在冷空气来临前的一到两天,妈妈要适当给孩子增添衣物。恰到好处的“捂”,可将感冒、消化不良等病拒之门外。

根据气温高低及时加减衣服。当昼夜温差大于8℃时就需要“捂”,为孩子添加衣服,以免受寒。随着气温的回升,不能减衣太快,待气温持续回升后,也要再多捂7天左右,体弱的孩子应持续14天为妥当,让孩子的身体逐渐得到调节,以适应气候的变化。当气温持续在15℃以上且相对稳定时,就可以不捂了。

“三暖二凉”很重要。三暖指的是背暖、肚暖、脚暖,二凉指头部和心胸要凉。做到这几点能够预防疾病,减少感冒受凉的几率。

过敏儿童不要“捂”

都说“春捂秋冻”,但这并不适用于过敏体质的儿童。近来天气时冷时热,如果儿童不注意添加衣服,容易受凉,引发呼吸道感染。而呼吸道病毒感染则与呼吸道过敏性疾病的发病密切相关。对于有过敏体质的儿童来说,家长在这个季节应注意采取必要的预防措施,如及时添加衣服,避免接触过敏源等,给孩子的健康设立一道“保护屏障”。

不同情况捂法不同

1.在家要注意

中午开窗。大多数的家庭都喜欢在早晨打开门窗通气,但是早晨的空气比较冷,而且在太阳出来之前,空气里的二氧化碳的浓度很高,对宝宝的健康不利。所以,不要在太阳出来后或中午气温有所回升时再开窗吧。

且慢换单鞋。开春了,你不要急着给宝宝换上单鞋。让宝宝多穿几天棉鞋,以避免小脚受凉。房间、被窝都要捂。一般来说,春季里如果气温比较低,还是应该开一下空调,使居室温度适当高一点,同时被子也要适当厚一点。宝宝睡觉的时候也是很容易感冒的。但是最好不要让宝宝穿较厚的睡衣睡觉,或者给宝宝盖得过热,因为如果捂得太热了,宝宝反而会因踢被子而着凉。

2.出门要注意

就近活动。宝宝刚刚睡醒时,不要马上抱到户外去,应该让宝宝在室内活动一会儿,等身体活动开了再去室外。如果宝宝从室外进入有暖气的房间时,最好提前给他脱掉外套。当宝宝玩得满身大汗时,千万不要立刻脱衣服,应该把汗擦干,让宝宝安静下来,待汗水完全下去后再脱衣服,这样才不至于感冒。“先捂后脱”比“先脱后捂”更容易使宝宝感冒。

出远门。出门前爸爸妈妈要关注一下目的地的天气情况,了解那里的气候,以便给宝宝带上合适的衣服。不要让宝宝坐在车子的风口里。

如果汽车或火车车厢里有暖气的活,进出时应及时增减衣物。

3.不同月龄要注意

0-3个月:这个月龄的宝宝,大部分时间都在睡觉,几乎没有活动能力。应该给宝宝穿柔软、舒适、厚薄适中、方便穿脱的开裆连衣裤。

4-6个月:宝宝会翻身了,睡眠时间也比之前有所减少。要给宝宝穿柔软、轻薄、保暖的棉衣裤。

7-9个月:宝宝会爬了,还会扶着墙壁走路。可以在棉衣裤外面加上一个厚薄适中的羽绒背心,方便脱穿又保暖。

10-12个月:宝宝直立行走能力加强了,不要穿得太臃肿,限制了他的活动。在暖软、舒适的运动式衣裤外加一个羽绒袄或丝棉小背心,就很不错。

2岁:宝宝会跑会跳,活动量大大加强。要小心衣服太多玩出汗后反而容易感冒。可以给这个年龄的宝宝穿粗棉布运动棉衣和中厚的背心,裤子膝盖处也可适当加厚,方便活动。

点妈韶韶春捂经

琴琴妈:一般小孩子的衣服比大人多一件就可以了,不用穿得太多。

小小霜:宝宝热得出汗的时候,不能脱衣服,得用毛巾浸了温热的水,然后拧干,把宝宝身上的汗擦干之后再换衣服。

思思妈:我给宝贝做了一个棉肚兜,天天戴着,这样就能保护他小肚子不着凉了。

点点姐姐

奶霸事件

断的不是奶是痛苦和眼泪

说起给宝宝断奶,那可真是件不容易的事情,不仅宝宝痛苦,大人也跟着难受!其实断奶的关键就是要循序渐进。

[讲述]

前天就酝酿着给孩子断奶,白天没怎么给她吃,晚上睡觉就一个劲儿地哭,哇哇的~姥姥听了受不了,敲门进来劝我,说白天不让吃只是晚上吃,这样有几天就断奶了,我没经验,就听了,孩子吃了两口乖乖地睡着了。

昨天白天没给她吃,下午觉得胀得难受,就给她吃了两口,后来觉得不行,意志太不坚定了,就用吸奶器往外吸。后来我就贴上了白胶布,孩子看了以后也不要了。晚上七点半睡觉就一个劲儿地哼哼,时不时地哇哇哭,后来我给她唱喜羊羊的歌,慢慢地就睡着了。

十一点的时候孩子醒了,非要吃,我不给,她就哭,哭了一个半小时就睡着了。凌晨三点四十分的时候孩子又醒了,我也跟着醒了,她抱着我的头哼哼,我看着她难受自己也心痛。我起身用吸奶器吸,只是孩子边哼哼着边叫妈妈,一声声叫得我心疼,于是我又意志不坚定了,再加上胀得也难受,就让孩子吃了,不一会她就睡着了……今天白天我坚决不再让她吃了,我要好好带

她去外面玩,让孩子顺利度过断奶期。

——网友陌上桑

[支招]

乐乐妈:我是10个月的时候断的奶,那时候还不知道什么呢,反正总是哭,刚断奶的那两个晚上,我都是抱着她睡的,后来就没事了,再坚持几天吧!还有就是,要是奶胀的话,一定要挤出来点,要是总那样憋着,容易长奶疮的,一般要5天的时间,奶就不会胀了,一般要1个月奶才会完全没有了。

funnyialele:我们这几天也在断呢,尿布还贴着呢。既然决定了就坚持吧,娃大了我们总要学会放手,其实我们的心里更不舍些,让家里人帮忙转移下注意力,晚上可以和别人睡几天,不想让宝宝吃奶时就多陪宝宝玩玩。

瑞仪妈:我家宝宝也是刚好18个月了,春节前断的奶,彻底断之前先是白天不吃只晚上吃,后来两天晚上不吃就不再吃了。第一天晚上她和姥姥睡,哭得很厉害,第二天晚上我和她一起睡,倒不是很哭了,抱着就睡了,第三天就根本不找了,呵呵,倒是挺顺利的,多喝点麦芽水吧,我四天时就不再喝了,也不再胀



803号宝宝 倪乐沁

了,就第一天胀得厉害用吸奶器吸出来,后来就没事,不胀了,所以我要下定决心哈!

[提醒]

一般宝宝在8-10月可以断奶,但断奶需慢慢来,宝宝的健康成长需要各种营养物质的补充,因此,逐步添加辅食直至顺利过渡到正常饮食是一个必然的过程。但在断奶时机的把握上,年轻的妈妈们常常操之过急,仓促断奶,反而造成宝宝食欲的锐减。而宝宝的味觉是很敏锐而且对饮食是非常挑剔的,尤其是习惯于母乳喂养的宝宝,常常拒绝其他奶类的诱惑。因此,宝宝的断奶,应尽可能顺其自然逐步减少,即便是到了断奶的年龄,也应为他创造一个慢慢适应的过程,千万不可急于求成。

点点姐姐

点妈心水

◎宝宝混合喂养的两条注意事项:不允许母乳、牛奶一顿混合着喂,要充分利用有限的母乳,尽量多喂母乳,母乳喂养次数要均匀分开;千万不要放弃母乳。

◎鼻塞:如果是因鼻孔中有异物堵塞,可用棉签蘸少量的清水,轻轻除去鼻腔中分泌物,动作要轻,千万不要将异物往里推。

◎根据宝宝的年龄大小及消化能力,把水果制成适合宝宝消化吸收的果汁或果泥,1-3个月最好喝果汁,4-9个月可吃果泥,一岁以后就可以吃整个水果了。

◎不愿主动小便会影响孩子的健康成长。家长该教育孩子主动及时小便,说明不主动小便的害处。平时要培养孩子的自理能力,鼓励孩子学会主动小便。

◎很多妈妈认为好奶粉应该有浓郁的奶香味,因此选购时,会偏爱有香味的配方奶粉。而事实上纯天然的奶粉的香味是很淡的。奶粉过香,有损宝宝健康。

◎如果婴儿时期手语丰富,那么日后其词汇量就更大,入学后其语言能力也更突出。所以,父母应有意识地利用婴儿手势与其交流,培养宝宝识别词汇的能力。



804号宝宝 陈希妍