

小鬼乐趣

我很小 可是我很“独立”

自己玩并不是大宝宝的专利,父母可以尝试让6-12个月的小宝宝体验自己“当家作主”的乐趣。随着年龄的增长,他们单独游戏的时间也会越来越长。

小手小脚好神奇

悦悦对音乐特别敏感:2个月,她一哭妈妈就放《天使的歌声》,哭声被乐曲声代替;4个月,听到《迪斯尼最爱的儿歌》就手舞足蹈;如今,8个月的悦悦喜欢研究自己的小手小脚,妈妈索性让她在音乐声中发展这种兴趣,任其反反复复观察小手,小拳头攥起来又松开,摆弄手指脚趾,或者双手抱着小脚丫努力往自己的嘴里送,绝不打扰。

游戏时间:很多小宝宝都有自己的“手脚”情有独钟,但如果指望他们能因此独处较长时间、让妈妈专心做自己的事,绝对是对宝贝的过高要求。他们通常只能独立玩耍2-3分钟,一般不会超过5分钟。

特别提醒:这么大的宝宝喜欢把所有的东西往嘴里放,所以在宝宝拿手脚当“玩具”之前,彻底给它们做一下清洁。

照镜子

9个月以上的依依对镜子里的自己非常好奇,每天都指着镜子要妈妈抱着自己去照。妈妈干脆在依依的小床上挂了一面镜子,有了它,依依一个明显的变化就是,睡醒后很少像以前那样用哭声召唤妈妈了。

游戏时间:对着镜子,依依有时能自己玩上好一会儿。通常3-5分钟是可以保证的,再长的时间,就要看宝宝的耐心了。

特别提醒:镜子的边框最好是用木头或高品质的塑料制成的,边缘光滑,否则会刮伤宝宝细嫩的小手。小床的周围最好铺上地毯,防止镜子掉在地上摔碎。如果宝宝用镜子砸床,妈妈要立即制止并将其没收。

睡姿新解

研究发现 俯卧睡也有好处

按照通常的观念,婴儿应该仰卧睡觉。有时,6-7个月开始,婴儿会由仰卧位转为俯卧位,这恰恰说明了这个月龄的孩子已能自由地翻身了。婴儿睡觉时总是采取自己最舒服的姿势,如果婴儿觉得趴着睡舒服,又能够自己翻身,就会采取这种姿势。事实上,自然界大多数动物也是趴着睡的。有研究发现,俯卧也有很多好处。

- 一是提高睡眠质量。国外科学家曾经对80名健康婴儿进行睡眠姿势的研究,发现趴着睡的婴儿睡眠时间较长,睡眠质量较高。
- 二是可提高呼吸功效。婴儿的胸廓、肺的后侧部较长,俯卧时肺受挤压程度最轻,呼吸时最符合自然规律。
- 三是可预防吐奶。婴儿吐奶是极为常见的现象,贲门靠近胃部中间,人体趴着时贲门部被抬高,可以预防吐奶。
- 四是可强健体魄。孩子趴着睡,胸廓受压,床的反作用力可促进心肺的发育,更有利于肢体锻炼。

再说疫苗

接种疫苗 爸妈们注意啦

日前暴露出的山西问题疫苗事件令许多家长“谈苗色变”,同时这也给家长们带来了不小的困惑:疫苗是不是存在不安全因素?哪些是接种疫苗的异常反应?

妈妈注意 宝宝接种疫苗后的典型反应

其实,疫苗就相当于孩子生命健康的“防火墙”,它本身并没有问题,只是这个疫苗产品的监控上,有关部门应该做得更好。家长们也不要因为个别事件而过于担心,甚至拒绝给孩子接种疫苗。只要密切关注宝宝接种疫苗后的各种反应,并及时采取措施,就能避免悲剧的发生。

反应1:局部红、肿、热、痛
代表疫苗:注射类疫苗

几乎每种经注射接种的疫苗都可能引起这种局部反应。其中比较明显的如破伤风疫苗,还可能同时伴有局部淋巴结肿大、注射部位有瘙痒感等反应。这些

局部反应一般都比较轻微,大多在两三天后自行消退。

处理方法:用清洁毛巾热敷注射部位,可以减轻疼痛感和不适感。注意不要让宝宝抓挠注射部位,以免引起继发感染。如果接种部位的红、肿、热、痛持续性加剧,局部淋巴结明显肿大、疼痛,说明有可能出现继发性感染,要及时带宝宝到医院请医生处理。

反应2:发热
代表疫苗:百白破、麻疹、流感、脑膜炎、乙肝等疫苗

这种发热一般在接种疫苗后

的24小时内出现,发热的同时还常常伴有乏力、嗜睡、烦躁和周身不适等全身反应,少数宝宝还可能有恶心、呕吐、腹痛、腹泻等胃肠道症状。一般宝宝的体温都在38.5℃以下,持续1-2天。

处理方法:如果发热在38.5℃以下,宝宝没有其他明显不适,就不必进行特殊处理,让宝宝多喝水,多休息,一般1-2天内体温就能恢复正常。如果体温超过38.5℃,同时还伴有较严重的烦躁、呕吐等症状,或体温2天后持续不退并有继续上升的趋势,要考虑是不是在此期间宝宝又受到了其他病菌的感染,一定要及时去医院就诊。

NH191号徐琼博

特别提醒 如何正确保存疫苗

距使用时间较短者(1-2天)置于2-15℃阴暗、干燥的环境,如地窖、冰箱冷藏室;量少者也可保存于盛有冰块的广口冷藏瓶中。需要较长时间保存者,弱毒疫苗保存于冰箱冷冻室(0℃以下)冻结保存,灭活疫苗保存于冰箱冷藏室。

为了保证各种疫苗都能发挥最佳功效,美国CDC公布的关于疫苗保存温度的指南中指出,除减毒活疫苗和水痘疫苗应冷冻保存且应避免反复冻融外,绝大多数疫苗应保存在2-8℃,而不应冷冻保存。疫苗保存温度过高或过低都会使其效力不可逆地降低。

妈妈考虑 有些收费疫苗一定要打

疫苗是保护宝宝健康的重要武器。除了国家强制免疫的一些免费疫苗,还有一些“收费疫苗”,这些收费疫苗是干什么的,什么时候打。要不要打,看看小编为大家收集回来的资料。



NH249号郑贝妮

B型流感嗜血杆菌联合疫苗
接种目的:预防肺炎、脑膜炎、中耳炎、心包炎等。

接种时间:2、4、6月接种,1岁加强

建议:2岁以下宝宝根据条件打,建议体质较弱的宝宝接种。

接种时间:2个月-3岁以内的儿童每年口服一次,3-5岁的儿童口服一次。

建议:可打可不打。虽然轮状病毒疫苗不能给予宝宝全面的保护,但是可以避免严重腹泻,如果宝宝的体质比较差,考虑接种。

百日破疫苗
接种目的:可同时预防百日咳、白喉和破伤风。

接种时间:3、4、5月接种,1岁半-2岁加强

建议:必打。百日破属于1类疫苗(国家计划疫苗),一定要打。但一般医生会建议接种百日破精制疫苗,副作用较小,需要收费。

流感疫苗
接种时间:北方地区接种流感疫苗的最佳时间为10-12月份,南方地区一般是10月份到次年的2月。6月龄以下婴儿不接种。

接种目的:预防流感
建议:可打可不打。对6个月以上、患有哮喘、先天性心脏病、慢性肾炎、糖尿病等抵抗疾病能力差的宝宝,一旦流感流行,容易患病并诱发旧病发作或加重,应予考虑接种。

轮状病毒疫苗
接种目的:预防秋季腹泻

23价肺炎疫苗
接种目的:预防肺炎
接种时间:2岁以上。

建议:可打可不打。一般健康的宝宝不主张选用。但体弱多病的宝宝,如患肾病综合征、淋巴瘤、心脏病、糖尿病、无脾综合征、鼻窦炎、中耳炎以及反复发作为上呼吸道疾病的宝宝应该选用。

水痘疫苗
接种目的:预防水痘
接种时间:1-12岁儿童接种一针,13岁以上接种两针,间隔6-10周。

建议:必打。到目前为止,尚无特效方法治疗水痘,一旦幼儿园或学校有水痘流行,只能采取隔离措施。因此,预防水痘最理想的方法是接种疫苗。



NH92号王一

专家释疑

进口和国产疫苗有啥区别

南京市疾控中心计划免疫科科长丁筱竹说:“从2008年5月1日起,南京免疫规划范围从8种扩大到11种,新增加了麻腮风疫苗、A+C群流脑疫苗、甲肝疫苗等3种疫苗纳入计划免疫。”

丁筱竹表示,不管是进口还是国产疫苗,都经过国家检验合格,安全有效。价格上的差异在于进口疫苗和国产疫苗毒株及其培养工艺不同,以及由此引起的产生抗体数量的多少、防疫时间的长短、副反应的大小等方面的区别,所以可以根据自己的经济承受能力选择使用。 点点妈妈整理

各显神通

宝宝总让抱着睡 妈妈们“亮剑”

原帖——
每滋美味

宝宝现在5个月了,平时还算省心,就是睡觉的时候比较闹人,特别是晚上睡觉的时候就让我抱着睡,即使困得眼睛都眯成一条小缝了,自己躺着也不睡,就是哭。抱在怀里就睡着了,等睡熟了才能放下。

朋友们也建议我给宝宝扳扳,我也扳了,但每次看他哭得太厉害了,也就不忍心了。但宝宝很聪明的,他每次都看准了我不忍心,一次次得逞,怎么办呀!再说他现在越来越重了,每次抱着他悠着睡都累得胳膊酸疼。请教

一下有经验的姐妹们,有没有好的方法让宝宝安然入睡呢?

回复支招——

菜豆妈妈 我儿子也喜欢抱着睡,一般都是等他睡熟了再放床上。有时没睡熟,我就用枕头、被子搭起来,两头高的“床”把宝宝放上去,让他的头枕高点,脚也垫高,就好像抱着一样。有时我儿子太困了,都觉察不出,哈哈,楼主可以试试哦!

我要快乐 孩子缺乏安全感,就喜欢抱着睡。你试试叫宝宝侧躺着睡,我家就这样,根本不平躺着睡,侧放在后边倚上靠垫之

类的,省得宝宝累。

吃到撑破肚皮 我们家宝宝也是,后来慢慢就好了,因为我们换了一个可以晃着的床呵呵,哄孩子是需要武器的!

后期制作之 我孩子6个月左右的时候也这样,一放就醒,慢慢的就好了。主要是要让孩子知道,大人在陪着他就行。方式很多,唱歌啊,讲故事啊。开始抱着,慢慢的把孩子放下半抱着唱歌讲故事什么的。现在孩子17个月了,晚上关灯等他玩半个小时,自己就睡了,这是个过程。



NH76号朱恬乐