

网上流传的 秋季小儿腹泻护理法 可以用吗

□琳琳

每到秋天,各种关于孩子腹泻的提醒和护理攻略不绝于耳。不少家长发现,孩子在秋天确实更容易腹泻。其中一个重要的原因是病毒感染,引起腹泻的轮状病毒主要是通过呼吸道或者水源传染,一般常发在每年的8月到12月间。儿童由于免疫力比较差,容易受到轮状病毒的感染,如果平时不注意饮食卫生,就会腹泻。另外,夏天食欲不振的孩子可能因为进食过多而导致肠胃不适。秋天早晚温差大,要是照顾不周,孩子也可能腹泻。

孩子腹泻,家长自然着急,通常都是怎么护理的呢?

小儿推拿治腹泻不适合家庭

使用小儿推拿方法颇为流行,不少父母购买此类书籍,对照着书在家里给孩子按摩止泻。这种做法是否妥当呢?

小儿推拿资深医师表示,腹泻在中医上要辨证,常见的小儿腹泻有六种,不同的类型需要不同的配穴。推拿的针对性治疗不太适合家庭自己做,因为中医要四诊辨证,这不是拿本书就可以学着给孩子治病的。腹泻了就应该赶紧去看医生。

当然,医师表示,平时给孩子在家调理,可以使用小儿推拿的方法来提高免疫力,他推荐了几个腹泻居家保健的穴位,如补脾胃经、运土入水、清小肠经、逆时针摩腹、推上七节骨、捏脊等。

护理孩子腹泻,家长最大的误区就是见泄立即止泻。只想着给孩子吃止泻药或者喂抗生素都不是很妥当的做法。腹泻是机体自我保护的一种反应,有利于毒素和不消化的食物排出体外,而且,腹泻的治疗也需要一定疗程。

另外,抗生素滥用也会杀灭消化道有益菌,伤害肠道环境。

补充益生菌,要选活菌

要不要给孩子补充益生菌来调理肠道?这是一部分家长的选择,但是现在也有家长对此感到疑虑。

时下有论点表示有益生菌并不能改善肠道,也有一些父母一边喂孩子吃益生菌产品,一边怀疑:“这些益生菌可能还没有到肠道,就被胃液、胆汁杀死了吧!”

其实这种担心是不需要的。目前有上万篇公开发表的研究论文证实益生菌改善肠道健康、缓解肠道炎症,而符合FAO/WHO2001标准的正规益生菌产品在技术上是可以通过胃酸和胆汁的考验,抵达肠道发挥作用的。



孩子“想回幼儿园”怎么回事

□芝畅

小武的老婆阿慧是一所公立幼儿园的在编教师,公司的午餐时间,小武跟我们分享了阿慧遇到的一则“趣事”。

阿慧上半年带的大班孩子们幼升小了,这些天正值开学季,昨晚她接到了原来班里一位小朋友的电话,男孩奶声奶气地哭着说:“老师,我不想上小学了,我想回幼儿园,呜呜哇哇哇……”

男孩妈妈后来跟阿慧解释道:“不好意思啊老师,晚上还打扰你,孩子刚上小学很不适应,今晚非要给你打电话回幼儿园,不打这个电话就闹个没完没了的。”

阿慧一边跟男孩妈妈说“没关系”,一边安慰哭泣的小男孩。小男孩终于知道自己长大了,就算给老师打电话也回不去幼儿园了,没了念想,便抽抽噎噎地挂了电话。



找出不适应小学的原因

孩子天真的举动逗笑了同事们,却也引起了讨论,都是为人父母的年纪,孩子不适应小学的情况,也让大家产生了共鸣。

波哥说:“这可能是父母在暑假的时候没带孩子去上专业的幼小衔接机构,才让孩子落差感太大。”

李姐不大认同:“幼小衔接是这些年才出现的说法,而且也不是所有的孩子都需要上幼小衔接机构,我邻居家两个孩子就没上,进了小学之后学习也都挺好的。这家人家孩子的妈妈很用心,培养孩子也有自己的一套方法。所以我认为,这个小男孩之所以不适应,还要从父母的教养方式上找原因。”

如果发现您的孩子不适应小学生活,可以先看看是否有下面的原因:

①作息改变

小学和幼儿园的作息时间差距很大。比如幼儿园中午有固定的睡觉时间,老师

会督促孩子睡午觉。

但上小学后却不同,大部分都是走读,午休时间很紧迫,而孩子的自控力又差。每天的睡眠时长不够,起床困难、上课困倦,孩子自然不想去上学。

②氛围变化

小学与幼儿园的校园氛围变化很大,幼儿园明艳的色彩和温馨的布置、独立的课桌椅,很多幼儿园还是小班教学。

但到了小学后,校园的整体氛围有了很大的转变,班级人数增多、严肃的教学氛围可能让孩子感到不适应。

③学习任务加重

幼儿园的学习任务还是相对轻松的,课程安排也是劳逸结合。

但小学的学习压力可大多了,每晚的作业也必须保质保量完成,爸爸妈妈对孩子的学习成绩也看得更重。孩子刚入学还处于适应期,产生抵触心态也可以理解。

培养专注力才是解决问题的核心

力不集中,学习也会受到影响。

(3)制定规则

制定规则,给孩子立规矩,让孩子做事更加有组织、有条理。

与孩子一同讨论,约定一个恰当的时间段使用电子产品,以此减少电子产品丰富的内容对孩子形成长时效的注意力分散,避免孩子因电子产品内容的吸引刺激,对学校的课程感到无趣。

(4)可以运用专注力训练工具

专注力也有相应的训练工具,如阅读、拼图游戏、串珠和搭积木等。

这类玩具都属于静态玩具,需要孩子静下来完成,游戏过程中动作的重复性也比较高,可以让孩子在游戏的过程中逐渐增加所投入的时间,训练专注力。

此外特别要注意:

和孩子一起互动游戏可以促进亲子关系,也可以提高宝宝对事物的理解和学习能力。但是如果孩子在独自玩耍或阅读时,家人也应该为他们预留一个独立的空间。

如果家人频繁打扰,剥夺了孩子自主探索和学习的欲望,会对孩子的专注力培养和今后的学习带来不利影响。

小美人鱼 先要爱自己呀

□思思

女儿小的时候,我常常在车上放安徒生童话中《小美人鱼》的音频。

我开车,她就在后座安静地听。

小美人鱼喝下巫婆的药水,忍着剧痛把尾巴变成了腿。

她走在路上,看上去像泡沫一样轻盈,其实脚像走在刀尖上,流下血来。

她不能说话,因为她用声音和巫婆做了交换……

有一天女儿突然开口问我:“小美人鱼为什么这么对自己?她不爱自己了吗?”

我一愣:这不是小说女主角常干的吗?怎么惨怎么来?

女儿自顾自总结:“要先爱自己。”

我惊得几乎握不住方向盘:这高深的句子啊,是哪个幼儿园老师教的呢?

过一会儿女儿又说:“小美人鱼干吗非要找一个人类的王子呢?她可以找一个海里的王子啊,海里一定多的是王子,否则小美人鱼就不会有爸爸了。”

我点头表示赞许:“对呀,是该找个海里的王子。”

女儿再次总结:“小美人鱼就是王子见得太少了!”

我赞成:“是呀,小美人鱼就是王子见得太少了!”

《小美人鱼》是女儿最爱听的童话,反反复复听了很多遍。

女儿刚会说话的时候,就爱玩小人鱼这个人生第一场cosplay。

有的时候,她会深情地凝视着婆婆:“海巫婆海巫婆,请你把我变成人!”

如果婆婆心情好,就魔杖一挥把女儿变成了人。

如果婆婆心情不好,就没好气地说:“你别变成人!变成人很累!”

女儿会走路了,但是要赖不肯走,要抱。我抱起来的时候她念叨:“海巫婆,请你把我变成人!”

我提醒:“如果变成人,就要自己走路,不可以要妈妈抱了。”

女儿从善如流:“那好吧,我就不变成人了吧。”

我只好问:“我们的脚长来干什么的?”

女儿:“脚脚长起来抱的。”接着反问我:“没有脚脚你怎么抱嘛!”

好有道理。

我目前不愿告诉女儿她还听不懂的地方:小美人鱼舍身追求人类的爱情,是期盼得到一个不灭的灵魂。

现在我唯愿女儿,一生先爱自己。

希望她走很多地方,见到很多的王子。

最后找到和自己相似的那一个。

而不要找一个需要伪装、需要拼尽所有去爱的王子。

不灭的灵魂什么的,以后再说吧。

