

# 妈妈饮食不合理易致'宝宝'过敏

身边过敏的孩子越来越多,有的孩子甚至对母乳也过敏,出现湿疹、腹泻等。哪些症状提示我们的孩子可能对母乳过敏?此时又该怎么办呢?

## 多种症状提示母乳过敏

专家表示,过敏患者逐年增多,母乳过敏也较为常见。有些孩子不严重,仅仅表现为轻微湿疹、打嗝、腹泻,称之为生理性腹泻。很多孩子随着年龄增大,就会逐渐适应母乳。但是,有些孩子就没有那么幸运,需要进行干预治疗。据全球统计,在过去的几十年中,全球大约5%~20%的宝宝在婴儿早期都有过敏的现象,其最初的症状表现是湿疹(俗称“奶癣”),1岁以内的婴儿,过敏的发生率约为6%。但绝大部分不需要过度药物治疗。

专家表示,当孩子出现以下症状时需要引起家长的注意:湿疹,特别是在孩子一个月左右出现的湿疹;孩子拉肚子特别是有黏液脓血,或孩子便秘;孩子睡眠不好,经常哭闹;比较频繁的打嗝、放屁、吐奶,特别是在没有诱因的情况下。



## 妈妈不合理饮食也会致宝宝过敏

母乳过敏主要是母乳中的大分子蛋白累积刺激肠道,从而发生过敏反应,刺激反应的时间大约为0~6个月,因此过敏一般都会在6个月内出现症状。

母乳宝宝过敏了该怎么办呢?专家表示,从理论上讲,母乳过敏就要停止母乳喂养,换成无敏奶粉,逐渐过渡到低敏奶粉。但有时候,如果孩子没有严重表现,也不一定要这样做。有不少母乳喂养的孩子之所以过敏,除了遗传因素,主要和母亲的不合理饮食有关。

一些哺乳期妈妈日常食用高蛋白高脂肪食物比较多,为了下奶,每天都要吃不少鸡蛋,猪蹄汤、肉汤、鱼汤等也喝得多。当孩子表现出过敏情况的时候,哺乳期妈妈应该调整自己的饮食。哺乳期妈妈短时间忌口后,孩子也可以得到很好的恢复。



## 好转后可再尝试母乳喂养

专家表示,如果孩子确实蛋白过敏严重,出现严重的湿疹或有血便,就不得不选择无敏奶粉或者低敏奶粉。

专家强调,母乳永远是婴儿最好的食品,也是最不容易过敏的奶制品,加上蛋白过敏有耐受性,所以不少孩子添加无敏或低敏奶粉好转后还可以换回母乳喂养,或者孩子症状缓解后可用低敏奶粉和母乳混合喂养,不过这需要医生来制定相应方案,定期随访。

(叶洲)



# “发热不退会变肺炎”是误区

很多妈妈遇到孩子高烧几天不退就担心“会不会转成肺炎”,因此去医院要求给孩子输液降温。对此,专家指出,这其实是种误区。

专家指出,家长往往认为是因为发热不退才转为肺炎的,其实这是一个认识上的误区。发热具有自限性,是人体的一种适应反应,不需要干预也会很快康复的。它只是疾病的一个症状,并不是一种疾病。此时家长需要做的就是密切观察发热的孩子,有时长时间发热也有可能是严重感染的初期症状,随后就会出现其他的相关症状。而医生通过观察孩子的精神状态,热型以及其他的体征才能找出病因,以进行相应的治疗。

专家指出,肺炎早期症状一般只表现为发热,胸部体征早期并不明显。随着病程发展,肺炎会出现其他症状如呼吸急促(呼吸频率2个月内小儿超过60次/每分钟,2~12个月小儿超过50次/每分钟,1~5岁孩子往

往超过40次/分钟),同时出现口唇发绀、鼻翼扇动、下胸壁凹陷等缺氧症状,精神萎靡不振,拒奶、拒食,伴有咳嗽痰多。

不少家长一看孩子发烧就去医院,医生开的药吃了一两天没见好第二天就又带孩子上医院去了。专家指出,反复去医院,反复用药,而且每次用药都不能达到有效的血浓度,或者发生重叠用药,更容易引起孩子的耐药性增强和药物过量。

而且,反复去医院会发生交叉感染。临床上常常见一些孩子发热退了(原来发热本身症状并不严重),又开始频繁腹泻(而且是比较严重的腹泻,引起脱水),这种情况往往就是交叉感染的结果。

专家建议家长每次给孩子用药最好观察2~3天,等待药物发挥作用。同时配合医嘱密切观察病情发展,发现异常情况及时带孩子去医院。

(夏文)



# 小婴儿戴手套弊端多

秦女士:我家宝宝现在3个月大,有时指甲长了把脸抓破,加上现在天气转冷了,是不是可以给宝宝戴上手套?

专家:很多父母会因为你说的这些给孩子戴上手套,其实我建议还是不要给孩子戴手套。

首先,戴手套不利于孩子探索世界,这等于剥夺了孩子用手去探索世界的机会,使触觉不能很好地发展,不利于孩子智力的发展和获取生活经验。

其次,容易因不清洁造成疾病。随着孩子情感的发育,孩子会出现吃手的现象,但往往由于手套不清洁,容易造成一些疾病的发生。

最后,有的手套还存在潜在的安全隐患。有的婴儿手套加工粗糙,一些线头可能缠绕孩子的小手指,造成危险。

因此家长千万不要给孩子戴手套。为了防止孩子抓破脸,在孩子熟睡时可以将孩子的指甲仔细剪短。

(夏文)