

宝宝不爱喝奶粉,就吃自制奶片? 儿科专家: 自制奶片易伤害宝宝肠胃



近日,有育儿博主在微博上发出将宝宝的奶粉制成奶片的教程,并配文“适合八个月以上的宝宝”。此教程一出,宝妈们纷纷在评论区留言表达对博主的感谢,并表示终于有方法可以解决宝宝不爱喝奶粉的问题了。但在微博上拥有百万粉丝的儿科专家张思莱却转发微博质疑此教程,并声称会误导家长。宝宝究竟能不能吃用奶粉压制而成的奶片?记者采访了河南省儿童医院 NICU 护理专家蒋明丽。

□ 见习记者 梁露露

自制奶片易被细菌污染

蒋明丽表示,奶粉的配比是固定的,应严格按照说明书冲调。作为高营养成分的婴儿奶粉,是最易受到细菌感染的高风险食物之一,因此奶粉的生产过程十分严格,对微生物、化学、物理污染都有严格的控制。

相比之下,宝妈们自己在家加工奶片的条件太过简陋。将奶粉压制成奶片,需在奶粉中加水将其揉成奶粉团,再进行压饼、制模,常温下放置一整天自然风干或者用烤箱烘干,这一系列的操作让大量细菌进入奶粉,不经任何处理,随意保存到罐子里,更是给细菌的繁殖提供了温床。这样制成的奶片给宝宝吃,很可能会伤害宝宝稚嫩的肠胃。

“奶片在加工过程中,可能会加入某些凝固剂。另外,



奶片以加工后的奶粉作为原料,奶粉在经过二次加工后,由于温度过高,会破坏掉其中多种营养成分,彻底改变乳清蛋白,不利于宝宝摄取营养。”蒋明丽说。

婴幼儿配方奶粉是用温开水按照比例冲调的,宝妈们给宝宝冲的奶粉如果过于黏稠,容易使宝宝上火。如果长期给宝宝干吃奶粉制成的奶片,可就不仅仅是上火、便

秘这样的轻微症状了,严重的可能会导致宝宝得病。

奶片不能替代牛奶

既然不能自己制作奶片,那购买市面上卖的奶片应该不存在以上问题吧?而且许多生产奶片的商家号称用纯牛奶制作的奶片可以代替牛奶。蒋明丽表示,奶片可以当成零食适当吃,但不能代替牛奶所提供的营养元

素。

鲜牛奶是生牛乳经过杀菌、均质化处理之后包装上市的,配料只有生牛奶这一种。而奶片是以鲜乳或乳粉为主要原料,同时,生产厂家需要添加一些辅料,如葡萄糖浆、谷物粉、植物油等物质,经混合、浓缩、干燥、压片、包装制成片状。

从吸收的角度看,牛奶中包含的钙等营养物质较容易被人体吸收,且其中80%是水分,能够帮助人体平衡地摄取营养。而奶片在烘干和压制等生产过程中,其中的钙等营养物质已经固化。并且通过多道生产工序,人体对其的吸收率远没有鲜牛奶高。而且,鲜牛奶中除含有高质量的钙外,还含有蛋白质、铁、维生素B等多种营养物质,这些都是奶片无法取代的。

6岁女童竟被“风湿”困扰4年

专家:孩子反复关节肿痛、僵硬,警惕风湿免疫病

6岁的岚岚(化名)4年前开始出现不明原因的左膝关节肿胀疼痛,且一直反反复复,早晨起床时疼痛症状明显,关节常常不能伸直。家人以为是生长痛,没有太在意。直到1个月前,岚岚再次出现左膝关节肿胀疼痛,活动受限,且出现跛行,到南方医科大学第三附属医院风湿免疫科就诊。经过多项检查,岚岚被诊断为“幼年特发性关节炎”,家人都很吃惊,孩

子这么小,怎么会得这种病?

该科主任孙尔维教授解释,风湿免疫病在老年人中发病率较高,但并不是老年人的专利,儿童和青少年也可患此病。

儿童风湿病涉及的范围比较广,它跟免疫系统相关,是以关节、肌肉疼痛为主的一类疾病,主要由于机体免疫功能发生紊乱,产生大量自身抗体攻击自身组织器官,可造成全身多器官损伤。

孙尔维提醒,儿童风湿免疫病的临床表现多种多样,早期不易被察觉。若孩子出现以下症状,家长需及时带孩子就医。

- 1.不明原因的反复发热,淋巴结肿大,抗生素治疗效果不佳。
- 2.不明原因的疲乏、贫血。
- 3.不明原因的眼睛发炎,反复出现的口腔溃疡。
- 4.反复关节肿痛、僵硬,不愿活动。

5.反复出现的皮疹,皮肤出现出血点或紫斑。

6.生长发育迟缓。

风湿免疫病的临床表现复杂,需要有经验的风湿免疫科医生从各种临床症状中发现线索,对病人全身情况进行综合的评估,方能得出正确的诊断。若对儿童风湿病进行早期积极的治疗,可以有效地控制病情发展,提高生活质量,减少致残率。

据广州日报

几款小游戏 锻炼宝宝精细运动

□ 儿科医生鲍秀兰

手是宝宝认识周围新鲜事物的重要工具,手的控制能力直接反映大脑的成熟发育,特别是手部从全手掌抓,到多个手指拨,再到拇指的精细对捏,体现的都是中枢神经的控制能力。这种精

细的操作也促进了大脑功能的发育。家长在生活中可通过游戏对宝宝进行锻炼。

●1~3个月的宝宝

推荐小游戏:拍拍手。让宝宝舒适地平躺在妈妈身上。举起宝宝的两只手,在他视线正前方晃动,吸引宝宝的注意力。这个游戏可以锻

炼宝宝的手部技能,促进小肌肉和运动能力的发展。

●4~6个月的宝宝

推荐小游戏:拿取玩具。将积木、小车、小球等玩具放在桌子上,抱着宝宝坐在桌旁,指示他自己伸手去拿取。伸手够取静止不动的玩具,是初步锻炼宝宝手眼协调的

一种方式。

●7~12个月的宝宝

推荐小游戏:垒高塔。宝宝能自己坐稳后,给他准备一些堆叠玩具,如积木或圆环,鼓励他在动手的同时保持坐立平衡。这款游戏可以锻炼宝宝手部动作和空间感知能力。

■ 养育学堂

应对“可怕的两岁” 拒绝的同时适当安慰

□ 湖南省儿童医院 董彩霞

很多父母都听说过“可怕的两岁”这一说法,意思是到了两岁左右,孩子的自我意识开始萌发,原本温顺乖巧的宝宝变得特别难缠,经常会无理取闹、乱发脾气。面对此时的孩子,家长应该怎么做?

1.明确态度,适当满足。

孩子提出的要求,能满足的尽量满足。比如夏天孩子想吃冰淇淋,可以让孩子吃一个。但冬天冷,就不能吃。不过,在拒绝这个要求的同时,要给孩子合理的东西满足他。

2.教孩子一些基本技能。

孩子总做不好一件事,心里着急,就容易发脾气。家长可以教孩子应该怎么做。比如,积木总是滑下来,可以教孩子怎样保持平衡。

冬天给宝宝选鞋 注意3原则

□ 崔玉涛

宝宝的鞋穿不对,会影响走路姿势,引起甲沟炎,严重的还会引起足部畸形。冬天给宝宝选鞋,要注意哪些原则?

1.保暖。除了鞋子内里要有绒,鞋子的表层也要选真皮等保暖透气性好的材质。

2.防滑。冬天天冷路滑,加上小孩子穿得多,肢体不协调,所以鞋底一定要防滑。

3.软硬适中。可以这样判断鞋子的软硬程度。

一折:鞋底弯曲部位要在前部三分之一处。如果不到三分之一,说明鞋子偏硬。

二捏:鞋子的后帮和前头要硬。

三拧:对拧鞋子不易变形。

四按:手按鞋内部前脚掌部位,太柔软的话不要选。

五闻:闻鞋子有没有异味。如果有异味,就直接放弃。

■ 儿科门诊

■ 养育学堂

■ 健康有约

如果你有育儿方面的疑问,请拨打编辑电话 15736748628