



杨飞丽

稻香村职工

木质婴儿床 可调解高度长期使用

记者见到稻香村职工杨飞丽时，她已经躺在了产房里等待着小宝宝的诞生。她对记者说：“医生告诉我，还有两天，就可以生产了。我希望是顺产。”“你做好了小宝宝诞生之后的准备了吗？”记者问。“准备好了，都是我婆婆准备的。”“你自己准备好了吗？”“没有。”

原来杨飞丽和丈夫都是超市里稻香村摊位的职工。工作很忙，没有时间准备一些东西，杨飞丽的婆婆默默地为自己的小孙子准备着。杨飞丽告诉记者：“我妈给小宝宝准备了一把长命锁。我婆婆给小宝宝准备了一对手镯。这也是按照我们农村的习惯吧。”

杨飞丽介绍了为什么准备长命锁。在农村是外婆要给刚出生的外孙送银制的装饰锁。这种银锁有圆形的，也有椭圆形的。长命锁也叫“寄名锁”，有银质，呈古锁长形状，上镌有“长命百岁”、“长命富贵”等字样。只要佩戴上这种饰物，就能辟灾去邪，“锁”住生命。孩子从出生不久起，就挂上了长命锁，一直挂到成年。银锁正反面有文字与图案，表达了人们对于幼儿生命长久、幸福吉祥的美好祝愿。

杨飞丽如数家珍地念叨着准备的婴儿用品。睡的，木制的婴儿床。她说：“木制的床板可以调节高度。可以长期使用。宝宝大了容易从栏杆上翻出来时，把床板调低就可以了，这样比较方便。让小宝宝自己睡小床比较好，如果是夏天防止蚊子可以挂个蚊帐，蚊帐在买小床时会赠送。另外大人就不用担心压着宝宝了，都会休息的比较好。一侧的栏杆放下床可以紧挨大人床放置。这样照顾小宝宝起来也比较方便。”还有澡盆、婴儿浴床、浴网、浴巾、小塑料盆、洗澡巾、水温计，小塑料盆用于给宝宝洗小屁屁。柔湿巾是在宝宝大小便后清理小屁屁用的。洗头液、洗澡液、护肤品、护臀霜、痱子粉、BB油等等洗浴用具。杨飞丽说：“我们还准备了纯棉的连体衣，很方便。衣物有内衣、小手套、小帽子、小袜子，专用的婴儿专用洗衣液。什么纸尿裤、尿布、一次性隔尿垫巾、柔湿巾都买了，还准备了用旧床单、背心、棉毛衫做的尿布。安全指甲剪、指甲刀、吸鼻器、棉棒、体温计也是不可少的。小宝宝喜欢用手抓自己的脸，要经常给他剪指甲。小宝宝最为常见的是发烧、感冒。我们准备的体温计将会发挥更大作用。”

王凤英

宣武医院妇产科主任

剖腹产应“刹车” 自然分娩好处多

现在说起剖腹产，事实上早已远远超过原来的意义，选择剖腹产有的人是因为恐惧顺产的痛苦；有的是为了挑一个“吉祥”的日子，如6.18、8.18之类的；还有的是为了孩子以后能早上学等等，理由五花八门，因此使得剖腹产的人越来越多。上世纪80年代，北京的剖腹产率还只有19%，而目前已经激增到了50%以上，也就是说目前有一半的孩子是通过手术来到这个世界的。对此，著名妇产科专家、首都医科大学附属宣武医院妇产科主任王凤英忧虑的说：看来对剖腹产应该“刹一刹车”了。

王凤英主任强调：剖腹产为产妇不能正常经产道分娩胎儿时，需经由腹部“直接”从子宫中取出胎儿。剖腹产原本是对妊娠并发症的产妇生产时的补救措施，这样可以提高婴儿的成活率。但是剖腹产毕竟是一个手术，它给母亲带来的伤害比自然分娩要大得多，根据世界卫生组织的国际准则，严格要求剖腹产控制在15%的比例。日本的剖腹产率一直维持在8%至9%，根据权威机构的调查表明，剖腹产手术如果超过一定的比例时，安全性就要下降。

从表面上看实施剖宫产手术，好像孕妇可免受疼痛之苦，实际上需要承担一定的风险。例如因麻醉产生过敏、产后大出血、影响盆腔的结构。还有如羊水栓塞，虽然自然分娩、剖宫产都有可能发生，但剖宫产的发生率远远高于自然分娩。因为剖宫产后，孕妇需要相对长时间的卧床休息，容易导致心血管栓塞、肺栓塞、伤口感



染、脂肪溢化、子宫内膜异位等，如果发生肠粘连，还需再次手术。住院时间较长，费用较高。剖宫产对于孩子来说，没有经过产道的良性“刺激”和“挤压”，从“宫腔环境”一下来到“大气环境”中，脑部易出血，易导致呼吸道疾病。为此建议：没有特殊情况，千万不要盲目选择剖宫产，如果自行坚持剖宫产，最好也是在临产时，不提倡“择日剖宫产子”。

自然分娩对大人孩子好处多。王凤英主任说：自然分娩，对大人、小孩都有好处。因为产妇经历自然分娩的过程后，心理状态不同，恢复快，恶露排出通畅，不易感染或形成血栓，6小时后就可下床活动，可对孩子进行哺乳。有人担心因自然分娩，骨盆韧带松弛，不利于体形的恢复。其实，这种几率很低。自然分娩过程中，每一次宫缩对小孩是一种“锻炼”，特别是对神经系统是一种良好的“刺激”，孩子的肺部通过“挤压”后，不容易患肺部疾病。

姜兰芝

丰台区妇幼保健院产科主任

饮食三原则： 三月内只吃奶 十月内不加盐 周岁内不喝蜜

丰台区妇幼保健院产科主任姜兰芝从接生一线直到走到领导岗位已经有30多年了。她对孕妇产到生子的养育有着丰富的经验。她介绍了养育婴儿的经验。

她说：“从4个月起宝宝能认识妈妈，6个月开始认生。认生标志着亲子依恋的开始，同时也说明宝宝需要在依恋父母的基础上建立更为复杂的社会性情感、性格和能力。一般来说，多数8个月的宝宝见到生人都有些拘谨或惊慌，8至12个月宝宝的认生达到高峰，以后逐渐减弱。要注意，这几个月是宝宝和父母形成巩固的亲子关系的关键期。”

家长们对婴儿饮食很在意。她说：“三月内只吃奶，纯母乳在4月内不用刻意喝水，只在喂奶后给点水，当漱口了。六个月内不要多喝水，无论母乳还是奶粉都含大量的水，多喝水会增加孩子肝肾负担。十月内不加盐，周岁内不喝蜜。牛奶最好在2周岁后喝，2岁前可吃酸奶。脱脂牛奶比全脂牛奶对孩子更健康。无论是母乳喂养还是牛乳喂养的宝宝，半年后母乳或牛乳的营养都不能再满足他们生长发育的需要，为此应给宝宝添加含热量高的辅食，以保证宝宝健康成长。”



在饮食上要注意一些方法。她说：“1至2岁宝宝的消化能力逐渐增加，饮食已从奶类转向混合食物，但宝宝消化系统仍未发育成熟。制作的食物仍要软烂、精细，既要适应宝宝的消化能力，又能引起宝宝的食欲。1至2岁的宝宝健康养护最重要是细致，要严格区分与成人的养护习惯。记住这个阶段的宝宝不适合接受成人的健康习惯，必须有专门针对性的养护来照顾宝宝。幼儿要有健康、强壮的体魄需要吃到足量的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质。如果你能为宝宝提供广泛的选择，宝宝一定能够得到所需要的一切。”

家长要注意婴儿的细微之处。她说：“结束开裆裤最好不要晚于一岁半，尿路感染也会发烧，治疗不及时会上行导致感染型肾炎。太阳直射脚心、妈妈的微笑会提高孩子的免疫力。”