

宝宝健康成长不得不知的儿保知识

杜娟

舞凤社区卫生服务中心 637000

【中图分类号】R72

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 05-091-01

很多家长认为宝宝成长过程中不需要进行儿童保健, 去儿保也就是检查宝宝身高、体重等方面, 自己在家也可以完成, 认为儿保没什么用, 因此, 参与儿保积极性不高。出现上述观念的主要原因是家长对于儿保了解不多, 从而对儿保产生了错误的理解。今天就带大家了解下家长必须要知道的儿保知识, 为宝宝健康成长提供保障。

一、为什么要做儿保

儿保是指儿童保健, 主要目的是查看宝宝生长发育情况, 是否存在生长发育问题或者是出现其他疾病的风险。建议 0~6 月龄宝宝每两月检查 1 次, 6~12 月龄的宝宝每 3 个月检查一次, 1~3 岁的宝宝每 6 个月检查一次, 3 周岁以上宝宝每 1 年体检一次。如果宝宝生长阶段没有严格的检查时间, 可根据年龄选择合适检查间隔时间。如果宝宝属于高危儿童, 但是没有到儿保检查时间, 可根据实际情况适当增加儿保次数, 便于及时解决宝宝成长过程中存在的问题, 促进宝宝可以健康成长。

二、儿保主要有哪些内容

1、生长监测

生长监测主要是检查宝宝的体重、身高、头围以及胸围。按照宝宝月龄将相关数据录入到生长曲线图当中, 观察宝宝生长是否规律, 如果数值在 25~75 百分位范围内为中等, 数值在 3~97 百分位范围内属于正常, 曲线向上偏离说明宝宝生长过快, 曲线向下说明宝宝生长速度较慢, 曲线并行说明宝宝生长状况良好。如果宝宝生长速度较慢, 应寻找具体原因, 主要考虑宝宝饮食不当或者是患有疾病等两种因素。

2、体格检查

体格检查是指对宝宝进行全身检查, 主要检查内容为头、皮肤、心、肺、腹部, 生殖器、四肢以及动作反应等检查。通过检查可发现宝宝是否存在健康的问题。如, 心脏检查过程中如果发现宝宝心脏存在杂音, 要进一步做超声检查确定是否存在先天性心脏病的可能。

3、喂养与营养

喂养与宝宝健康生长有着密切的联系, 只有科学喂养才能够促进宝宝健康生长。能够给予宝宝家长进行正确指导, 从而实现对宝宝的科学喂养, 对于母乳喂养中存在的问题进行解答, 如乳量不足、母乳性黄疸等。大于 6 月龄宝宝要及时改变食物, 从宝宝生长营养需求、营养环境等多方面进行考虑, 为宝宝提供丰富营养的同时, 也可帮助宝宝形成良好的饮食习惯。

4、发育监测

发育监测主要目的是查看宝宝语言发育情况、适应能力、各种动作是否达到了同年龄段的相应水平。如果 6 个月龄宝宝不会翻身、9 个月龄宝宝不能独立坐起, 说明宝宝发育存在

问题, 需要进一步检查评估宝宝的发育情况, 发现问题后, 及时采取措施进行干预, 使宝宝可以正常发育。

5、儿童保健门诊

儿童保健门诊也是儿保中的基础性内容, 也是宝宝儿保检查中必须进行的一项检查。儿童保健门诊主要检查宝宝生长过程中的常见疾病, 如多动症、喂养困难、营养不良、语言障碍等疾病, 部分医院还将哮喘、过敏、矮小、肥胖等纳入到儿童保健门诊当中。宝宝腹泻是儿保门诊检查中常见疾病, 又被称为消化不良, 是婴幼儿阶段胃肠道功能紊乱所引起的疾病, 主要表现为腹泻、呕吐, 如果不及治疗可能会导致宝宝出现严重的水电解质紊乱, 会对宝宝生命造成威胁。感冒也是儿保门诊检查中常见疾病, 80%~90% 感冒是由病毒引起的, 10%~20% 的感冒是由细菌所引起的。由于宝宝免疫系统尚未发育成熟, 更容易受到病毒和细菌的侵害。一般情况下宝宝感冒可持续 7~10 天, 如果宝宝月龄较小可持续 14 天左右。由于宝宝自身抵抗力较弱, 如果不及治疗会对下呼吸道产生影响, 从而引起支气管炎, 肺炎等合并症。宝宝年龄较小, 患病后无法表达, 导致感冒早期不容易被发现, 宝宝早期病情发展加快, 通过儿保检查能够及时发现宝宝是否存在感冒等症状, 从而使宝宝可以及时得到及时医治。

三、不同月龄宝宝, 儿保要做哪些检查

儿童保健并不是只能为婴幼儿检查, 宝宝在不同生长阶段都可做儿保, 并且儿保针对不同生长阶段的宝宝制定了更加合适的儿保项目, 并且在为家长发放的指导手册当中, 能够为家长提供有效指导, 从而更好的促进宝宝生长发育。如, 宝宝出生后需要到儿保进行听力筛查和新生儿筛查, 如果结果存在异常, 1 个月后需要到儿保再次复诊, 可尽早发现儿童是否存在先天性耳聋或者是先天性代谢性疾病。2 月龄宝宝儿保检查时, 重点检查的是宝宝髋关节发育情况, 通过检查可判断臀纹是否对称、髋关节外展是否受限等。如果发现宝宝存在髋关节发育不良, 可尽快采取措施进行治疗, 越早发现治疗效果越好。6 月龄宝宝儿保检查主要将血常规作为重点, 可了解宝宝是否出现缺铁性贫血等症状, 便于及时采取措施进行治疗。每个月龄宝宝各项能力、发育情况都是评估检查的重点内容, 儿保医生会根据的宝宝年龄发育情况科学选择标准, 如新生儿神经行为测定、耳声发射等。语言发育迟缓、营养不良、肥胖等问题都可以通过儿保检查早发现、早干预, 不会对宝宝后续生长发育造成影响。

综上, 儿童时期宝宝抵抗力较差, 容易出现各类疾病问题, 通过儿保能够对宝宝进行全面性检查, 可及时发现宝宝生长发育中存在的问题, 并及时采取措施进行干预, 从而保证宝宝健康成长。