

婆婆老酒，媳妇新招
专家妙法，成功教育宝宝



婆媳 育儿



POXI YUER SHUANGMIAN SHOW

她 品 马绛红◎著



双面

——宝宝养育正误详解100点

3~6岁

婆媳育儿双面 SHOW

——宝宝养育正误详解 100 点

3~6 岁

她品 马绛红 著



安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

婆媳育儿双面 SHOW:宝宝养育正误详解 100 点:3~6
岁/她品,马绛红著. —合肥:安徽科学技术出版社,2009. 2
ISBN 978-7-5337-4302-4

I. 婆… II. ①她…②马… III. 婴幼儿-哺育
IV. TS976. 31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 013453 号

婆媳育儿双面 SHOW:宝宝养育正误详解 100 点:3~6 岁

她 品 马绛红 著

出 版 人:黄和平

责任编辑:张楚武

封面设计:王 艳

出版发行:安徽科学技术出版社(合肥市政务文化新区圣泉路 1118 号
出版传媒广场,邮编:230071)

电 话:(0551)3533330

网 址:www.ahstp.net

E-mail:yougoubu@sina.com

经 销:新华书店

排 版:安徽事达科技贸易有限公司

印 刷:安徽新华印刷股份有限公司

开 本:889×1194 1/24

印 张:9.5

字 数:273 千

版 次:2009 年 2 月第 1 版 2009 年 2 月第 1 次印刷

印 数:5 000

定 价:18.00 元

(本书如有印装质量问题,影响阅读,请向本社市场营销部调换)



主编的话

婆媳似乎是天敌,但有个共同点,她们都爱自己的后代。婆媳之间其实并非有什么天大冲突,她们之间的争执往往只是因为观念不同引起的。但如果关注的焦点是她们共同疼爱的宝宝,小小的争执也会让婆媳俩发生“天大”的矛盾。

婆婆和媳妇因为时代和观念的不同,对宝宝的养育方法也迥然不同。婆媳俩究竟谁对谁错呢?婆婆是“过来人”,毕竟经验丰富,但有些陈旧的习惯其实并不科学;媳妇追求科学的养育方法,能通过各种渠道学习最新育儿知识,但又缺乏经验,难免有“纸上谈兵”之嫌。所以,婆婆和媳妇都可能走入误区,对宝宝的养育出现偏差,所以其实最应该做的是充分沟通,相互理解,研究出一个最适合自家宝宝的实用好办法。这就需要专业的指导,本书即专门为此而作。

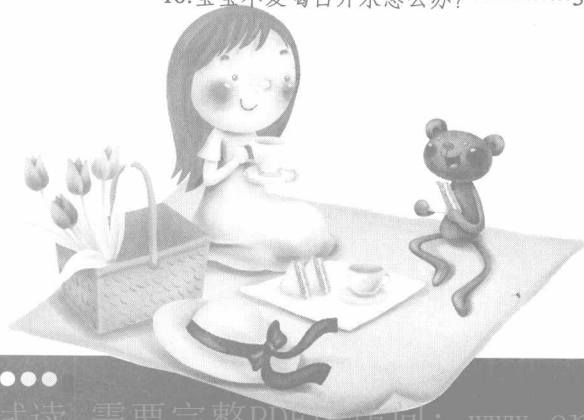
本书针对现代家庭养育宝宝的实际需要与典型冲突,以有趣的日常生活小插曲引出婆媳共同带宝宝常出现的焦点问题,逐一进行专业的分析和指导。为了便于您阅读与使用,我们以宝宝不同年龄的特点为基础,分为0~3岁、3~6岁两个分册,对妈妈坐月子期间的护理、宝宝的生活规律、身体保养、游戏玩乐、早期教育各方面都进行了详尽的剖析和点拨,论述条理清晰而全面,查阅便利,实用性强。比如,坐月子期间是否一定要遵从一些民间传说的所谓禁忌?宝宝的衣食住行,有哪些应该特别注意的地方?宝宝日常生活哪些是好习惯,哪些是坏习惯?宝宝身体出了小毛病,“土方法”和“洋方法”哪种更奏效?教育宝宝时,怎样的说话方式才是最有效的?这些容易引发婆媳“战争”的实际问题,都会在本书中找到最切实有效的回答。

祝福天下所有的婆婆与媳妇们,养育一个健康漂亮的宝宝是我们共同的目标,携起手来共同努力吧,愿望必将又快又好地实现!

CONTENTS 目录

第一章 宝宝生活记

1. 宝宝早点随便吃点?2
2. 宝宝怎么吃才能快长个子?4
3. 宝宝是不是出虚汗?7
4. 宝宝常流鼻血是上火吗?9
5. 宝宝不爱刷牙怎么办?12
6. 该怎样给宝宝洗小屁股?14
7. 宝宝吃鱼被刺卡到怎么办?17
8. 宝宝肚子有蛔虫怎么办?19
9. 宝宝喜欢挖鼻孔怎么办?21
10. 要给宝宝掏耳朵吗?23
11. 宝宝喜欢玩剪刀怎么办?25
12. 宝宝要不要单独睡觉?27
13. 宝宝不吃药捏鼻子对吗?29
14. 宝宝一定要吃精细的食物吗?31
15. 水果能代替蔬菜吗?33
16. 宝宝不爱喝白开水怎么办?36



17. 宝宝爱吃独食怎么办? 38
18. 宝宝爱看电视好不好?40
19. 做“夜猫子”宝宝好吗?42
20. 宝宝的衣物和大人的一起洗好吗?44
21. 天凉了要马上添加衣物吗?47
22. 宝宝一咳嗽就要吃药吗?49
23. 宝宝感冒还要去幼儿园吗?52

第二章 宝宝早教记

1. 宝宝学说话慢怎么办?54
2. 普通话还是家乡话?57
3. 3岁可以学习认字吗?60
4. 从几岁开始学英语好?62
5. 要不要上才艺班?65
6. 学音乐就一定要成为音乐家吗?67
7. 反应慢的宝宝是笨宝宝吗?69
8. 什么时候教宝宝学写字?62
9. 左撇子宝宝怎么教?72
10. 宝宝不喜欢数学怎么办?74
11. 宝宝黏人怎么办?77
12. 宝宝不听话就要打屁股吗?79
13. 怎样和爱顶嘴的宝宝交流?83
14. 怎样夸奖宝宝才正确?85

第三章 宝宝情商记

15. 宝宝嘴笨怎么办?88
16. 宝宝爱打人怎么办?90
17. 宝宝喜欢摔东西怎么办? 93
18. 宝宝喜欢争第一怎么办?95
19. 怎样教育任性的宝宝?.....97
20. 怎样帮助宝宝提高注意力?99
21. 宝宝欺软怕硬怎么办?101
22. 宝宝怕输怎么办?104
23. 宝宝说谎怎么办?106
24. 宝宝脾气倔要不要管?109
25. 宝宝崇拜奥特曼怎么办?111
26. 宝宝为什么会“人来疯”?113
- 27 如何回答“我从哪里来”?116



1. 宝宝为何是个“窝里横”?119
2. 宝宝能正确调节自己的负面情绪吗? ...121
3. 怎样教宝宝深化积极情绪?123
4. 怎样教宝宝学会忍耐和等待?125
5. 宝宝会自我负责吗?127
6. 宝宝不自信怎么办?129
7. 如何维护宝宝的自尊?131
8. 如何关注宝宝的安全感?133
9. 要培养宝宝的探索精神吗?135
10. 要不要教宝宝学会“察言观色”?138
11. 应该让宝宝养宠物吗?140
12. 宝宝是个“含羞草”怎么办?142
13. 如何对付“捣乱鬼”宝宝?144
14. 宝宝爱当“小司令”怎么办?146
15. 宝宝是个没有主见的小随从?148
16. 要经常把宝宝和小朋友做比较吗?150
17. 宝宝经常和小朋友发生矛盾怎么办? ...152
18. 宝宝缺乏团队精神怎么办?154
19. 宝宝缺少同情心怎么办?156
20. 怎样教宝宝勇敢地拒绝?158
21. 怎样教宝宝学会分享?160
22. 小宝宝能开大派对吗?162
23. 如何培养宝宝的公德心?164
24. 宝宝学做家务也要给报酬?166
25. 要培养宝宝的理财习惯吗?168

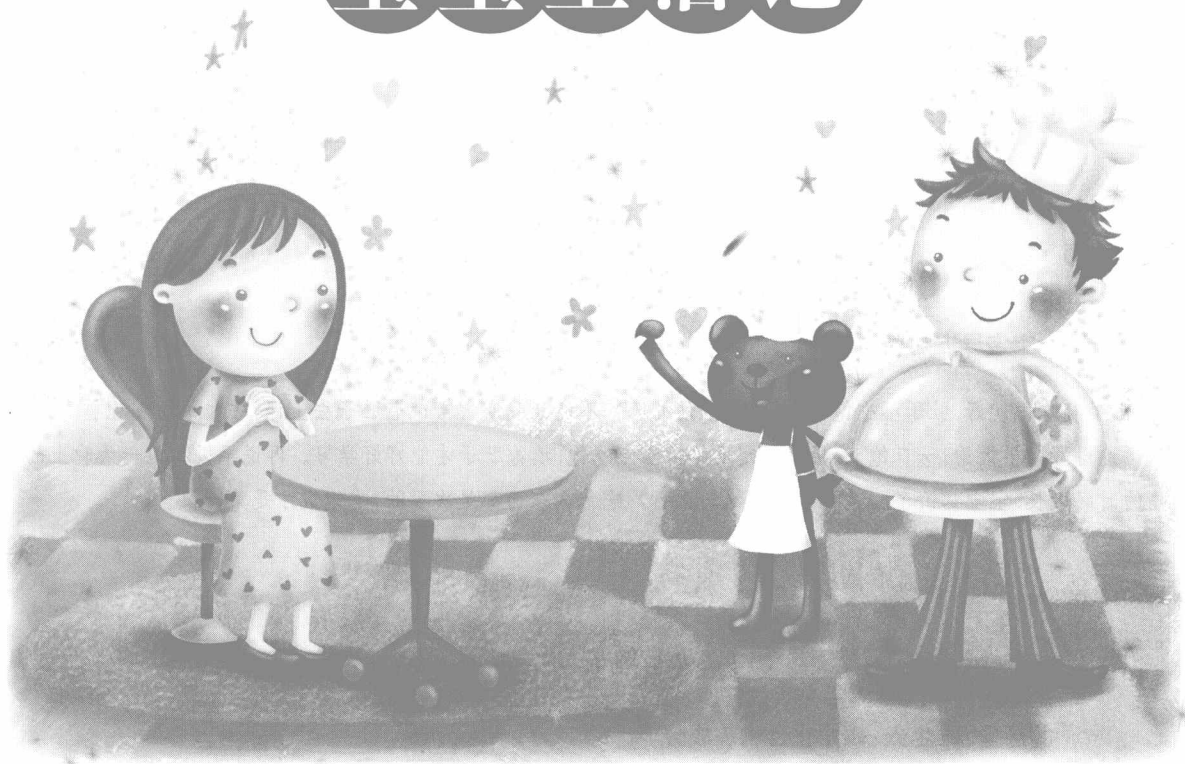
第四章 幼儿园记



1. 宝宝几岁上幼儿园?171
2. 全托还是日托?173
3. 什么季节送宝宝上幼儿园比较好?145
4. 越贵的幼儿园越好吗?177
5. 要不要考虑让宝宝上双语幼儿园?179
6. 透明幼儿园生活是好是坏?181
7. 该让宝宝插班吗?183
8. 要不要给宝宝报兴趣班?185
9. 宝宝语言能力不强可以入园吗?187
10. 家长在幼儿园陪伴宝宝好吗?189
11. 宝宝入园即病怎么办?191
12. 入园后宝宝变得焦虑怎么办?193
13. 宝宝就是不想去幼儿园怎么办?195
14. 刮风下雨也要上学吗?197
15. 宝宝病了还要继续上幼儿园吗?198
16. 经常更换幼儿园好不好?201
17. 转新园后宝宝不适应怎么办?203
18. 幼儿园能随便迟到吗?205
19. 吃饭慢的宝宝入园怎么办?207
20. 宝宝在幼儿园不敢大小便怎么办? ...209
21. 宝宝在幼儿园坐不住怎么办?211
22. 幼儿园考试好不好?213
23. 宝宝在幼儿园被欺负怎么办?215
24. 宝宝只听老师的话怎么办?217
25. 宝宝在幼儿园不服管怎么办?219

第一章

宝宝生活记





1. 宝宝早点随便吃点?

· 宝宝难题 ·

宝宝三岁了,可以上幼儿园了!晓儿工作忙,每天早上都要赶时间上班,只好把送宝宝上幼儿园的工作交给婆婆,当然了,宝宝的早餐也要婆婆给一手打点了。

宝宝的早餐问题现在成了一个大难题,奶粉宝宝已经不愿意吃了,要喝纯奶。可是光喝奶也不行啊,宝宝会饿肚子的。再给宝宝增添一些其他的食物,如面包、馒头、包子等,这样早餐的分量够了,可是营养够不够呢?时间长了会不会影响宝宝的身体发育呢?如果早餐宝宝吃不好,午餐和晚餐再给宝宝补吃一些有营养的食物有没有作用?宝宝的早餐到底应该怎样安排呢?

· 婆婆老酒 ·



宝宝早点随便吃点?



“宝宝早餐吃饱就好,肚子不吃饱,哪有精神上幼儿园?不能让我家宝宝饿着肚子去上课,去和小朋友玩耍。”

老话说得好,“早饭饱,一日饱”。早饭一定要给咱宝宝吃饱,填饱肚子才能好好学习。再说早饭和前一天晚上的晚饭相隔的时间最长,宝宝都饿了一整夜了不吃饱怎么行?吃什么东西都是次要的,吃饱饭才是第一位。

· 媳妇新法 ·

“宝宝早上光吃饱是不行的,现在的宝宝哪会吃不饱饭呢。关键是早餐要给宝宝提供充足的营养,要具备一些宝宝身体发育所需要的热量、维生素、碳水化合物等成分。”





既然早餐那么重要，光吃饱怎么能行？时间再紧张宝宝的早餐也不能凑合。早餐吃不好会影响宝宝将来的生长发育。那些传统的早餐不见得就是合理的。所以我们还是要听听营养专家的建议，科学地安排早餐。

专家陪审团

现在的父母工作都比较忙，往往来不及在早上为宝宝认真地准备早餐，还有的父母因为缺乏一些必要的营养知识，也不能够合理地给宝宝安排早餐。这是很不科学的。

俗话说“一日之计在于晨”，早餐是宝宝一日三餐中很重要的一个环节。宝宝的胃容量有限，上午的活动量又比较大，早晨这顿饭能够保证宝宝在整个上午所需的能量，也关系着宝宝一天中的饥饿。宝宝在前一天晚餐时吃进的各种食物，在经过一整夜的吸收和消化以后已经消化殆尽了，消化道也基本上排空了，这样宝宝在早上醒来的时候就会感到肚子饿。而且早上刚睡醒的宝宝通常精力都比较旺盛，食欲也非常好，这时候及时给宝宝补充有营养的早餐，对宝宝的生长发育，促进宝宝对食物的吸收是有益处的。所以，对处于生长发育旺盛期的宝宝来说，早餐一定要“吃饱、吃好”。

宝宝早餐要吃饱吃好，并不是说吃得越多越好，也不是说吃得越高档、越精细越好，而是应该进行一定的科学搭配。

在宝宝的早餐中，营养成分是一个重要的因素，只单纯地考虑让宝宝吃饱是不科学的。营养学家认为，一顿理想的早餐应包括四种类别的食物，它们是：以提供能量为主的、碳水化合物含量丰富的谷类食品，如面包、馒头等；以供应蛋白质为主的肉类、禽蛋类食品；以供应无机盐和和维生素为主的新鲜蔬菜、水果；还有奶类与奶制品。注意在早餐中蔬菜是一定要添加的，蔬菜可以帮助宝宝维持血液酸碱度的平衡，减轻胃肠道的压力，还能宝宝的及时提供一定量的维生素。在宝宝的早餐中如果具备了上面提到的四种类别的食物，就可以算作是一顿合格的早餐了；但是如果只具备其中的一种或两种类别的食物，那么这顿早餐的质量就不够高。父母还要注意的，在宝宝早餐中的水果量不能太大。

同时，过分强调宝宝的营养，给宝宝吃得过于精细也是错误的，平衡健康的饮食才是父母应该为宝宝提供的。为宝宝准备的早餐还要注意食物的加工和搭配。宝宝早餐的热能分配占全天热能总量的20~25%，所以宝宝早餐的食物一定要以容易消化的食物为主。要注意干稀搭配和荤素搭配，光吃稀饭、米汤、豆浆，给宝宝提供的能量不够；光吃馒头、面包、蛋糕等，又会水分不足，消化不良。

早餐的品种也是影响宝宝食欲的重要因素之一，品种单一、口味单调的早餐，营养价值再高，也激发不了宝宝的兴



趣和食欲,所以父母应该想办法多为宝宝调配出口味丰富、品种多样的早餐,促进宝宝的健康成长。

让宝宝早餐吃得太精细也容易造成宝宝的营养不良和偏食的坏习惯。父母应该引导宝宝多吃粗细搭配的食物,多吃奶类和豆类的食物,并及时地发现和纠正宝宝偏食、挑食等不良习惯。

2. 宝宝怎么吃才能快长个子?

· 宝宝难题 ·

看着宝宝一天天长大,活泼又可爱,晓儿乐得整天合不拢嘴。可是有一天晓儿带宝宝在小区里玩,无意中发现宝宝好像没有同龄的宝宝们那么高。晓儿找来几个宝宝一比,果然宝宝的个子稍微矮了一点儿,这下可把晓儿急坏了。

宝宝的身高可不能忽视,不要求宝宝长个姚明那样的特大高个儿,但也要和同龄的宝宝差不多,有个正常的身高啊,个子矮了可不是好事情。

现在让宝宝进行体育锻炼还为时过早,那么只有用吃的办法了,宝宝怎样吃才能尽快长个子呢?

· 婆婆老酒 ·



“想让宝宝长个大高个,就要给宝宝多吃肉。”



那些长得高的宝宝肯定都喜欢吃肉,特别是男宝宝。肉是最有营养的,宝宝肉吃得多,身体长得壮实,个子也就长高了。老担心把宝宝吃成小胖子,不给宝宝多吃肉,宝宝怎么能长高呢?爱吃肉的宝宝身体才有力量,才显得健康。健康的宝宝才会长成大个子。

· 媳妇新法 ·



“营养均衡才是最好。一日三餐按时吃饭，保证营养，宝宝肯定能长高。”



宝宝成长需要多种营养，肉只是其中之一。贪食“肉肉”，不喝奶、不吃豆、不吃菜，会使宝宝成为酸性体质，不利于骨骼的发育。所以，对长个子来说，适量的鱼、禽、肉、蛋有益，“高蛋白”则有弊。

专家陪审团

宝宝都有自己的生长规律，不是每个宝宝都按照标准速度一直长大的。如果孩子的身高在正常范围之内，一般状态都很好，就不用担心。如果宝宝精神状态正常，能吃能睡，没有什么身体不适，就是健康的宝宝。

一个人能长多高，七成受遗传因素的制约，此外还与营养、锻炼等因素有关。作为父母，可利用后天的环境因素促进宝宝生长。

在诸多的后天因素中，营养是决定宝宝身高一个至关重要的因素。

宝宝正处于迅速成长的阶段，必须不断从外界摄取各种必要的营养，宝宝平日的饮食一定要尽量做到营养均衡，每天都必须给宝宝保证适量的鸡蛋、鲜奶、瘦肉、蔬菜等。

宝宝的生长发育离不开蛋白质。蛋白质是生命的基础，宝宝身体内的各种组织器官都由蛋白质构成，比如肌肉组织、内脏、大脑组织，还有许多重要的生命物质，如血液中的血红蛋白、凝血蛋白、支持抵抗力的抗体等都要依靠蛋白质来支撑。在宝宝的饮食中要多选择高蛋白的食物，比如瘦肉、鱼类等，这些食物可以给宝宝提供充足的蛋白质，对宝宝的身体是非常重要的。

宝宝生长发育速度快，在饮食上还应给宝宝多选用牛奶、豆制品、芝麻等食物，帮助宝宝补钙、磷、镁，这些矿物质是构成骨骼架构的最基础的元素，充足的矿物质对骨骼的拉长非常重要。含维生素D较丰富的食物，比如蛋、海产品等也要多给宝宝吃，这些食物可以保证宝宝体内对钙营养的吸收。

含微量元素丰富的动物内脏、鱼类、坚果类食品也是宝宝的最佳食物之一，铁、锌等元素可以从许多生命活动的环节中调节宝宝生长发育的速度。维生素家族中的维生素A、维生素B、维生素C等在宝宝的长高方面也发挥了重要的作用，柑橘类水果、胡萝卜、菠菜中就包含了丰富的维生素，可以经常给宝宝食用。

在影响宝宝长高的食物中,各种碳酸饮料、糖果、甜饮料、膨化食品等都被列入了黑名单。偏爱饮用碳酸饮料的宝宝有 60% 因缺钙而影响正常发育,特别是可乐型饮料中磷含量过高,过量饮用会导致宝宝体内的钙、磷比例失调,造成宝宝发育迟缓。

吃糖过多会影响宝宝体内脂肪的消耗,造成脂肪堆积,还会影响钙质代谢。宝宝的吃糖量如果达到总食量的 16 ~ 18%, 就可使宝宝体内钙质代谢紊乱,妨碍体内的钙化作用,影响长高。宝宝过量饮用含糖分多的饮料,会扰乱消化系统,影响宝宝的正常进食,造成营养不良。

油炸食品、膨化食品、腌制食品、罐头类制品由于在制作过程中营养损失大,又使用了各种添加剂,如香精、防腐剂、色素等,虽然它们提供了大量的热量,但蛋白质、维生素等营养成分却很少,长期食用这类食品,也可导致宝宝营养不良,发育缓慢。

同时父母还要引导宝宝改正偏食、厌食、挑食等小毛病,纠正宝宝吃零食的坏习惯,这样可以使宝宝的免疫系统得到相应的营养物质滋养,增强身体的免疫力,身体好自然长得高。有了这些丰富充足的营养补充和正确的饮食方法,宝宝想不长高都不行!





3. 宝宝是不是出虚汗？

· 宝宝难题 ·

宝宝逐渐长大了，活动也多了，每天都喜欢自己折腾着想办法玩儿，一家人也都乐意陪着宝宝一起玩。可是晓儿却发现宝宝最近好像老爱出汗。白天稍微动一下就出汗，要是活动量大了，头上身上都汗津津的。

宝宝晚上睡觉的时候，晓儿也仔细观察了一下。宝宝睡觉也会出汗，小枕头睡一会儿就会湿一大块，有时出汗太多，伸手一摸，宝宝身上都是冷的了。

晓儿心里有点嘀咕，宝宝活动量大出汗应该是正常的，可是最近反复出汗好像有点反常了。宝宝是在出虚汗吗？难道说宝宝的身体素质下降了吗？

· 婆婆老酒 ·

“宝宝现在喜欢活动，活动多了肯定出汗也多。身上出了汗怎么能不冷呢？这都是正常的，宝宝这么活泼可爱，身体好着呢。”

如果宝宝身体不好，那宝宝会没有精神啊，就不会这么使劲活动了。现在宝宝爱玩爱跳的，身体好得很，出点汗怕什么？出汗才说明宝宝活动量大，玩得起劲呢。

担心宝宝睡觉出汗的话，以后睡觉前给宝宝洗个澡，或者拿个热毛巾给宝宝擦擦身子，再换床薄一点的被子，不要热着宝宝不就可以了嘛。

[媳妇新法]

“宝宝白天活动量大出汗可以理解，但晚上睡觉还出许多汗就不正常了，是出虚汗吧？还是应该请大夫看看才放心。”



宝宝不运动也会出汗,总是非正常现象吧?不要以为宝宝的精神好就疏忽大意。经常性地出虚汗说明宝宝的身体出了问题。万一宝宝有什么问题,还是早发现早治疗的好,千万不能耽误了。

专家陪审团

宝宝喜欢出汗是很常见的一个现象,汗是由皮肤上的汗腺分泌出来的,当天气炎热,室温过高,穿衣、盖被过多,进食高热量的食物以及剧烈运动后,人体都会出汗。此时机体通过出汗,来及时调节身体的体温,带走多余的热量,排出体内某些代谢废物,如尿素、乳酸等,这属于正常的生理性出汗。

宝宝爱出汗并不一定是流虚汗。宝宝本身的热量比成人要大得多,体温调节的能力也会比成人差一些。如果宝宝自己特别喜欢活动,总是在动作中,那宝宝流的汗水肯定会比成人多。如果宝宝除了汗多之外,精神状况好,和平常一样健康活泼,食欲正常,生长发育良好,体格检查完全正常,这就属于儿童生理性出汗,一般都属于正常现象,不需要进行治疗。随着年龄的增长,宝宝的汗量会渐渐减少。晚上睡觉之后一小时内宝宝出汗都是正常的,身体出了汗,如果没有及时擦拭汗水的话,宝宝的身体摸起来就会有冷的感觉。

对于爱出汗的宝宝,父母最好不要通过药物来进行治疗,而是应该积极调整宝宝的生活规律,消除生活中的一些容易导致宝宝受热的因素。比如父母应该在宝宝睡觉前适当地限制宝宝的活动,尤其是剧烈活动;宝宝卧室里的温度不要过高,不要让宝宝穿着厚衣服睡觉,宝宝盖的小被子要根据气温的变化而进行适当的增减。还有些父母喜欢在宝宝晚上睡觉之前给宝宝吃大量的热食物或者喝一些热牛奶,说是可以提高宝宝的睡眠质量。当宝宝喝完热饮入睡后,宝宝的胃肠蠕动增强,胃液分泌增多,汗腺分泌也随之增加。在睡觉前让宝宝吃得太饱也会出现同样的现象。所以要注意,临睡之前不要给宝宝喝热饮或吃得过饱。

如果进行了生活上的一些调节之后,宝宝还是汗水不止,那就应该是流虚汗,这就要对宝宝在体质上进行训练。父母可以陪宝宝多到室外进行活动,在天气变化时要注意掌握春捂秋冻的原则,不要天气一有点儿变凉就立即给宝宝增加衣物,应该适当地、有意识地训练宝宝的耐寒能力,增强宝宝的体质。

如果宝宝由于某些疾病引起出汗过多,主要表现为安静时或晚上一入睡后就出很多汗,汗多可弄湿枕头、衣服,这就属于“病理性出汗”。有的宝宝患有活动性佝偻病、小儿活动性结核病,小儿低血糖、吃退热药过量等;有的宝宝精神

上过度兴奋、恐惧等；有的宝宝有内分泌疾病（如甲状腺功能亢进）等，都可以引起病理性出汗。这些疾病除了出汗多以外，还有多种其他疾病表现。遇到这种情况的话，父母就需要带宝宝去医院就医，进一步做相关的检查。

4. 宝宝常流鼻血是上火吗？

宝宝难题

晓儿早上匆匆忙忙起床后，梳洗完正准备出门，突然听见宝宝的哭声。晓儿迅速冲进卧室，原来宝宝流鼻血了！

晓儿连忙从家里的医药箱里取出一块药棉帮宝宝塞到鼻子里，血慢慢止住了。宝宝冲着晓儿嘻嘻一笑，晓儿领他到卫生间去给他擦拭沾到脸上的血迹。

这次的鼻血事件并没有引起晓儿的注意，给宝宝擦洗干净后她就匆忙上班去了。可是在随后的几天里，宝宝多次出现了流鼻血的现象。晓儿就有点纳闷了，宝宝老喜欢流鼻血该不会有什么毛病吧？得赶快给宝宝检查一下。

婆婆老酒



“年轻人就喜欢大惊小怪，宝宝流鼻血会有什么毛病？肯定是最近有点上火了！”



宝宝最近肉吃得多，他又不喜欢喝水，可能体内火气大了。最近这天气又偏偏干燥得很，早晚温差大，我怕宝宝感冒，给他穿得多，一定是上火了。

这两天我多买点新鲜蔬菜给宝宝吃，叫他在幼儿园里也多喝点水，多吃点水果；再给宝宝的房间里喷点水，你看吧，过两天宝宝肯定就不会流鼻血了。

媳妇新法

“宝宝因为上火流鼻血也是有可能的，但最好还是带宝宝到医院去检查一下，看看宝宝的血液有没有什么问题。”

宝宝偶尔流鼻血我们不会紧张的，但如果宝宝经常莫名其妙地流鼻血还是应该注意吧。一定要去医院检查，因为这也不排除宝宝会有一些血液系统的疾病。有问题还是早发现早治疗的好。

专家陪审团

当宝宝流鼻血的时候，父母必须要镇定，父母的紧张情绪非常容易影响到宝宝。宝宝一紧张，血压就会跟着升高，会加重流鼻血的症状。同时要让宝宝采取直立、稍微前倾的坐姿，让头微微朝下，父母可以用大拇指和食指轻轻捏住宝宝的鼻翼，等几分钟后，血就会止住。父母还可以用冷水敷宝宝的鼻根部，并且用干净的脱脂棉塞进宝宝的鼻腔，压迫止血。出血停止后要观察1小时以上再轻轻取出堵塞物。如上述方法都无法止血的话，父母就应带宝宝及时到医院请医生帮助处理了。

引起宝宝流鼻血的原因有很多。最常见的原因有以下几种：天气过于干燥；宝宝得了重感冒；还有宝宝得了鼻窦炎或者鼻子过敏，宝宝的鼻子不舒服，就喜欢用手去揉鼻子，或者使劲地擤鼻涕，鼻子内部脆弱的鼻黏膜就会因为宝宝粗鲁的行动而破裂、流血。有的宝宝有没事的时候就用手挖鼻孔的坏习惯，这也会造成鼻子流血的现象。

除了上面列举的原因外，宝宝的身体有疾病也会造成鼻子流血。那些患有血友病、白血病的宝宝，或体内血小板过低，或因肝脏、肾脏病症等出现凝血机能的问题，以及患有高血压、血管瘤疾病的宝宝都会有鼻子出血的情况。如果宝宝常常有不明原因的流鼻血，或是血流的时间过长，还是到正规的大医院让医生检查一下好，因为潜在的血液疾病很容易被忽视。

排除了血液疾病因素后，为了防止宝宝流鼻血，在干燥的秋冬季节里，父母可以用石蜡油、甘油给宝宝滴鼻，或者用棉团蘸净水擦拭宝宝的鼻腔，预防流血。在宝宝的饮食上也要注意，不要让宝宝多吃煎炸的食品和肥腻的肉食，要多吃一些新鲜蔬菜和水果，每天注意给宝宝多喝一些白开水或清凉饮料，及时给宝宝的体内补充水分，必要时还可以服用适