



时尚宝贝秀

大家好,我叫泽康,是个阳光帅气的男子汉。我非常喜欢汽车,从小就对各种汽车品牌了如指掌,就连玛莎拉蒂、迈巴赫等比较罕见的汽车也很熟悉,并且了解汽车的主要零部件及其工作原理。我最喜欢的车是法拉利,保时捷等,我的偶像是车王舒马赫。将来我要创造自己的汽车品牌。

我非常喜欢各种运动,擅长游泳、乒乓球还有柔道,拥有健康的身体才能成为一流的赛车手,朋友们有机会和我切磋一下吧!

● 布告栏

有什么问题快请教家庭医生吧!

让宝宝少生病,健健康康是每个家长的心愿,如何提高孩子免疫力少生病?孩子生病了怎么护理?本刊将陆续推出“家庭医生”栏目,爸爸妈妈有什么问题就赶紧问家庭医生吧!爸爸妈妈可将邮件发送至qjwbbaboei@126.com或者将信邮寄至青岛市宁夏路288号市南软件园2号楼4楼,注明“宝贝儿”字样。



亲子悦读

《幸福的小土豆》

《幸福的小土豆:让孩子体验幸福的最佳读本(套装全5册)》包括了《唉哟,我生病了》、《哈喽,小白菜》、《啊哈,好大的胡萝卜》、《哎呀,有怪兽》、《叮叮当,变废为宝》。

《幸福的小土豆》走进幸福村,敲响幸福门。幸福开门了,来认识一下幸福村的村民吧!有朵朵、奔奔、闹闹、娜娜、阿宝、小波,还有长得特像土豆的“小土豆”和特不像白菜的“小白菜”。他们一起劳动游戏,一起聚餐野营,甚至一起“生病”……



《儿童目击者》

《儿童目击者·开始独立阅读2(第2级)(4-7岁)(套装共4册)》这套书包括《迷人的星空》、《时间的故事》、《水 无处不在》、《太空中的航天员》4本。

《迷人的星空》是天文启蒙书,里面讲到太阳、地球、行星、恒星,甚至星系。讲到古人如何对星座命名,牛郎、织女的命运如何被玉皇大帝掌控,以及希腊神话中一些著名的有关星座的故事。这本书虽然标注的是适合4-7岁,但对于多数没有留意过这方面知识的家长,也可作为一种简单的知识补充。

《小种子》

秋天来了,大风把种子们高高地扬起来,带到远方。在这些种子中间,有一粒特别细小,比别的所有种子都小。这粒小种子能跟上别的种子呢?这些种子又会被带去哪里呢?

《小种子》是一本寓教于乐的图画书,趣味性、知识性兼具,作者艾瑞·卡尔借由许多小种子乘风离开果荚,直到落地生根、开花的旅程,以简单的文字、明朗的图画,清楚地呈现生命之息息相关、延续不易。这是一本不需要太多解说,孩子便能明确感受的图画书,“生命”的价值与延续,不言而喻。



家庭医生

Q 我的宝贝6个月,以吃配方奶为主,他最近总是夜里哭闹,睡眠不好,是否缺钙?怎样发现缺钙?

A 如果宝宝有容易缺钙的因素,如人工喂养、经常腹泻等,家长就应该格外注意。

密切观察宝宝是否出现食欲不好,爱哭闹、夜睡不安稳或时常夜惊、夜啼,全身多汗甚至浸湿枕巾和衣服等不适。缺钙的宝贝汗有酸味,刺激头皮发痒,所以会经常在枕头上来回蹭后脑勺以致枕部头发被磨掉,形成枕秃,这些表现多发生于宝贝出生后的几个月内。

当宝贝出现以上表现时,应马上去看医生,及早控制症状,避免病情发展使宝贝出现骨骼变形。

Q 我的宝贝两岁,她不喜欢吃肉,吃到嘴里经常会吐出来,听说这样会缺锌,怎么办?

A 为了避免宝贝缺锌,饮食安排很重要,一定要给宝宝提供营养均衡的饮食,纠正宝贝偏食、挑食的不良饮食习惯。另外,不能让宝贝以植物性食物为主,植物性食品含锌少,100克食物中大只含有1毫克,在肠道的吸收率也较低,仅为10%左右,而瘦肉、蛋、禽、海产品、牡蛎等动物性食物含锌量较多,

100克食物中含有3—5毫克左右,而且在肠道的吸收率较高,明显优于谷物类。因此,在饮食上多安排这些食物,纠正宝贝不吃肉食的不良反应习惯,这样才可防止宝贝缺锌。

Q 我的宝贝才两岁半,但他在睡觉的时候有时会像大人那样发出鼾声,还经常爱感冒,请问,宝贝经常感冒与打鼾有关系吗?需不需要进行治疗?

A 正常情况下,宝贝睡觉不应该发出鼾声,而应该是安静无声的。如果宝贝发出鼾声,可能是因为经常患上呼吸道感染,使腺样体肥大、扁桃腺肿大,从而造成气流出入不通,或因鼻腔有息肉、慢性鼻炎等原因造成。

通常来讲,腺样体肥大是引起宝贝打鼾的主要原因。腺样体是位于鼻腔后面的淋巴组织,一般在10岁以后慢慢退化。但若经常感冒或扁桃体发炎,腺样体就会因为炎症而增生肥大,是呼吸道经常处于狭窄状态,导致气流出入不畅,不得不张口呼吸,因此睡觉发出鼾声。建议家长可带宝贝去医院进行一下诊治,否则长期张口呼吸会对宝贝的生长发育有很多危害,如影响胸廓发育或引起中耳炎、听力下降等。

