

知名育儿博主交流美国育儿经验——

早产宝宝怎么早日逆袭

文：今日女报/凤网记者 章清清
供图：受访者

女儿出生时是体重不到一公斤的早产儿，医生预言，孩子将来残疾和智力低下的可能性高达90%。知名育儿博主“大J”，却用4年时间在美国全职照顾孩子，用很多家长意想不到的育儿方法，把医生的预言击碎。

早产宝宝如何“逆袭”人生的起跑线？9月8日，“大J”在长沙接受今日女报/凤网记者专访，讲述了她在美国照顾早产女儿时学到的育儿知道。



知名育儿博主 Jessica (右)

早产儿养护，中美有差异

“你好，我是大J，你也可以叫我 Jessica。”当身着一袭白色连衣裙、妆容精致的大J出现在记者眼前时，几乎让人联想不到她曾是一个遭受过生活“暴击”的妈妈。

2014年，大J的女儿小D在美国出生，因早产且体重不足一公斤，心肺发育不良、左右脑出血，再加上病毒感染，孩子出生后不能自主呼吸。当时医生说，即使手术顺利，她的孩子将来残疾和智力低下的可能性也高达90%。

“得到这样的消息时，我和丈夫没有放弃，而且当下就决定

由我辞职回家照顾女儿。”大J说带孩子不易，更何况是照顾早产儿。为了让女儿恢复健康，大J看了40多本早期启蒙的专业书籍，钻进纽约大学听一线教授上了100多堂前沿的脑科学课程，花了近1000小时和认知老师一对一学习实践。

“现在小D不仅可以独立行走，而且口齿伶俐，并且专注力、想象力和解决问题等能力均高于同龄孩子的平均水平。”大J很是自信地说，“在早产儿的养护中，我把中国与美国的医学理念及方式相结合，也算是取其精华去其糟粕吧。”

能力培养助早产儿健康成长

“小D因为早产的关系，从出院后就一直有大运动康复师、精细运动康复师、喂养和语言发展师、认知发展老师和营养师在帮助她。”大J说，她每天和这些人交流，也从中学到了很多。

相对于国内儿科医生注重婴儿大运动，一般说的是抬头、独坐、爬等的发展，而美国儿科医生更强调的是五大维度的能力发展，包括大运动能力、认知能力、语言表达、精细运动、社交能力这五项。“这五项越早干预的话，早产儿将来在语言、社交方面发生障碍的概率就会减低很多。”

“比如，很多妈妈觉得孩子这么小不需要发展语言能力，后来我却发现语言发展原来和喂养是密不可分的。”大J很认真地说：“孩子喝奶时吮吸锻炼的肌肉，吃辅食时咀嚼锻炼的肌肉都是帮助日后说话。”

像小D一开始吮吸力很弱，吃得慢，而且嘴的密闭不好，一侧总是漏奶，大J的妈妈就建议她用勺喂奶。“但我康复师就一直和我强调要坚持让她吸，不能为了省事而影响她以后的发音”。

很多人以为，早产儿只要让他健康成长就好，但大J发现其实像语言等能力的培养，也是帮助早产儿成长的好方法。“孩子还在襁褓中，我就和她说话，我会一边做事一边告诉她‘妈妈在洗碗’‘妈妈和小D去公园’等。”所以即算早产，小D成长过程中并不比正常孩子慢。

小心，早教≠早教班

如今，大J的女儿小D已经4岁了，正在美国上幼儿园，和同龄的孩子一样活泼可爱。大J说，女儿能如此健康和早教密不可分。

大J介绍，在美国也有“早教热”。不过对于早教的认识，中美父母之间的认识还是有差异。“美国父母认为早教是早教社交，是带着孩子去遛弯，去认识新的朋友。但国内的一些父母就认为早教就是要让孩子去学东西。”

大J认为，早期教育的意义，其实是尽早地为孩子提供能够促进大脑神经发展的环境和办法，也就是说，给孩子成长所需要的丰富环境。所以她感叹：“早教≠早教班。宝宝不一定要上早教课，但是有必要早教。”

早产儿出院后养护指导

中国

在国内，很多早产儿出院后，父母不清楚能找哪些机构给孩子做专业评估，哪里进行康复等等，大家多通过妈妈群互相推荐的方式才能获知这些信息。

美国

孩子还没出院，医生就会告诉你接下来你要做的事情是什么，具体地点又在哪儿等等一系列信息。

早产儿父母心理指导

中国

孩子早产，对于一个家庭来说，无论是在经济还是心理上都将面临巨大的压力，很多家长心理也变得复杂。这部分家长大多靠亲戚朋友或自己来解压。

美国

在美国，会有专门的心理社工对早产儿父母进行系统的心理辅导。同时，一些早产儿妈妈，会主动上门看望新生的早产儿父母，传授自己育儿经验的同时，会留下联系方式经常联系。这种心理帮助，会给早产儿父母更多希望与鼓励。

■ 亲子宝典

衣服上的荧光剂对孩子有害吗

文 / 李理 (湖南省儿童医院放射科)

我国允许在衣料用洗涤剂中添加的荧光增白剂是“二苯乙烯基联苯类”和“双三嗪氨基二苯乙烯类”，其中CBS(也叫FWA-5)和33#(也叫FWA-1)是最具代表性的产品。这两种荧光增白剂无光致癌反应，作为衣物洗涤用的荧光增白剂长期使用，不会对人体和环境有负面影响。衣料中加入微量荧光增白剂，能起到增白效果。但若荧光增白剂加多了，反而会让衣物变黄。另外，荧光检测笔别乱照，它发出的紫外光是一种电磁辐射，对人体有伤害，尤其对皮肤和眼睛伤害最大。

宝宝学步，妈妈要做好六件事

文 / 谢波 (湖南省儿童医院急诊综合一科)

学步期宝宝免不了跌撞，有时摔伤较严重，甚至要去医院急诊处理。下面一起解锁宝宝学步的新姿势：**1、让宝宝轻装上阵。**给宝宝穿宽松的衣服，建议将纸尿裤换成拉拉裤，减少束缚；**2、给宝宝提供辅助物。**不妨给宝宝提供一个学步推车，让他尽情探索；**3、让学步变成小游戏。**比如，一个可爱的拖拉玩具，就能化无聊为有趣；**4、提供安全的学步环境。**把家里的危险物品都收好，在墙角、桌角等处贴上防撞条；**5、提高足底灵敏性。**少给宝宝穿鞋，提升足部灵敏性，天气变凉时，给宝宝穿上地板袜，保持温暖的同时确保足部灵活性。

一个信号说明孩子在猛长

文 / 夏佳 (湖南省儿童医院胎儿与新生儿外科)

如何才能知道宝宝正处在猛长期？妈妈又该怎么做呢？下面这些值得留意：

1、饮食上的变化。猛长期的宝宝更容易饿，看到能吃的东西都往嘴里塞。妈妈应给宝宝确保充足的奶量，对大宝的饮食要做到丰富多样化。就算断母乳了，仍建议每天提供乳类食品；**2、情绪上的变化。**猛长期的宝宝易烦躁，爱耍小性子、哭闹和黏妈妈，妈妈多给他高质量的陪伴；**3、睡眠上的变化。**比如开始突然半夜踢被，或从床这头旋转到那头……如果宝宝早上迟迟醒不来，别急着叫醒他，睡眠需得到满足，宝宝才能长得更好。

孩子咳嗽，试试四个小妙招

文 / 陈阳 (湖南省儿童医院呼吸二科)

一般情况下，如果孩子只咳嗽没发烧，无需往医院跑，以下几个方法不妨一试：

1、夜间抬高宝宝头部。孩子夜间咳嗽，不妨将其头部抬高，因为平躺鼻腔内的分泌物易流入喉咙，引起喉咙痒痒使得咳嗽加剧；**2、水蒸气止咳法。**将孩子放在温度20℃左右、湿度65%左右的水蒸气中，若咳嗽严重可让孩子吸入蒸气或抱孩子在蒸气浴室中约5分钟；**3、热水袋敷背部。**在热水袋中装满40℃左右的热热水，用干薄毛巾包好后敷在孩子背部靠近肺的部位，这样能加速驱寒；**4、热饮止咳法。**给孩子喝温热的牛奶，米汤以及新鲜的苹果汁和梨汁等。



扫一扫，
分享转发