

宝宝经常便秘 按这里能缓解

市妇幼保健院小儿推拿绿色安全 可帮宝妈妈解忧

便秘可以说是婴幼儿常见的肠胃症状之一,会导致宝宝浑身不适,而父母看见宝宝难受的样子,也会心疼不已。宝宝为什么会便秘?如何解决孩子便秘?就此,记者特邀市妇幼保健院儿保科主任刘芳进行了解答。

■记者 鲍欢 见习记者 李彦彦



专家教你3招 轻松搞定小儿便秘

1、清大肠

大肠经在食指靠近大拇指一侧,从指根往指尖推就是清大肠,300次即可。食积便秘多跟大肠经积热有关,因此清大肠可以清大肠经之热。

2、摩腹

摩腹是以肚脐为中心点,顺时针给孩子揉揉肚子,揉上200次即可。摩腹可以平衡脾胃气血运行,使气机运动通畅。

3、下推七节骨

七节骨穴是一条直线,从孩子的尾巴骨那一点开始,把您的除大拇指以外的四指并拢,往上约四指那条线就是了。下推七节骨可以治便秘,因为它直接刺激的是离肛门较近的位置,因此它可以让孩子产生强烈的便意,帮助孩子排便。

市妇幼保健院小儿推拿工作坊
咨询电话:8663759



扫码看
如何给小儿
推拿治便秘

按时排便的习惯或是生活不规律。

针对这些情况引起的便秘,家长要多给宝宝喝水,补充足够的膳食纤维,督促宝宝养成良好的排便习惯,但如果孩子是长期反复性便秘,就需要及时干预,避免长时间便秘带来身体的其他不适。

小儿推拿缓解宝宝便秘问题

“小儿推拿,是根据小儿的生理、病理特点,用手在小儿体表穴位或某些特定部位施加的一种物理性刺激。”刘芳说,小儿推拿疗法历史悠久,已形成了具有特色的专门体系,有着激发小儿机体自身免疫调节的作用,可纠正脏腑、阴阳的偏差,扶正祛邪,调整小儿的脏腑功能,增强机体的免疫功能,达到防病、治病的目的,是目前比较绿色安

全的治疗小儿便秘的方式。

推拿治疗小儿便秘以通便助运、荡涤肠胃为原则,通过推大肠,清天河水,推六腑,补脾经,运内八卦,推脊,揉鱼尾,推下七节骨,能够有效缓解便秘,一般1-2次就可帮助宝宝排便。

市妇幼保健院小儿推拿技术经过多年发展,已取得了长足进步,在小儿呼吸系统疾病、消化系统疾病及其它杂病治疗上特色突出,目前已单独成立了小儿推拿门诊,扩大诊疗范围,在治疗儿童厌食、腹痛、呕吐、腹泻、感冒、发热、咳嗽、哮喘、肺炎、肌性斜颈、夜啼、遗尿、腺样体肥大、抽动症等小儿疾病方面疗效显著。

刘芳提醒,小儿推拿主要针对9周岁以下的小儿,特别是3岁以下的婴幼儿疗效更佳。但值得注意的是,小儿推拿虽然治疗范围广,但骨折、传染病、皮肤病的患儿是不适合推拿的。

四大原因易致宝宝便秘

最近,刚满一岁的涵涵经常性三五天不拉臭臭,甚至有半个月不拉臭臭的历史,每次用开塞露、肥皂条通便,孩子都疼得浑身冒汗。为了解决孩子便秘的问题,涵涵妈带涵涵做肠道检查、进行排便训练、喝中药调理,天天都在为孩子便秘发愁。

宝宝肠道发育不成熟,一些难以消化的食物或者不好的排便习惯都容易引起便秘,刘芳介绍,当孩子出现大便干结、排便少且困难、便血、肚子紧绷、拒绝进食等症状时,就要考虑孩子便秘了,需要家长及时进行干预。

刘芳说,宝宝便秘多半是四大因素引起:宝宝辅食吃得过稠,且食物中蛋白质含量高;蔬菜水果摄入不足;宝宝口味较重,偏爱肉类,易上火;没有

68岁老太摆脱助听器 可以“听”世界了

近日,68岁的范阿姨终于不用天天带助听器了,而且还能与朋友谈笑风生,经记者了解,才知道范阿姨终于找到了治好耳鸣的方法,才能回归正常的生活。

范阿姨被神经性耳鸣困扰了十几年了,与人交流时对方必须声音很大自己才能隐约听到,一直佩戴助听器才能与人正常交流。耳鸣也让范阿姨经常头晕,整夜睡不着觉,在很多医院寻医就诊也无法治愈,范阿姨的生活受到了严重的影响。

一次偶然的的机会,范阿姨来到了

李时珍康耳堂,通过一番了解之后,李时珍康耳堂为范阿姨提供了几次免费治疗体验,之后范阿姨便进行了2个月治疗。通过服用口服药梅花鹿茸血、明苏固体饮料、耳康雾化,配合外服药耳部冷敷凝胶、耳康冷敷贴,2个月后范阿姨的耳鸣基本消失,慢慢能够取下助听器与人正常交流了,头晕睡不好的症状也得到了有效缓解。“本来抱着试试的心态,没想到效果还挺好的,能听到别人说话了。”范阿姨说。

据了解,李时珍康耳堂是陕西李

时珍药业集团旗下品牌,初创于1558年,由历代医家传承发展,已经经历几百年的传承,以“时珍古法采耳”、“时珍五步康耳法”流传于世,是宝贵的医学遗产。

李时珍康耳堂通过采耳、洗耳和护耳等不同手法的保健措施,针对耳结、耳出血等耳部症状进行有效预防,有益于耳道神经,能加深睡眠,可预防和改善听力下降,在耳鸣、耳聋、中耳炎、耳道瘙痒等疑难耳病治疗中发挥了极为重要的作用,为无数患者解除了病痛。

见习记者 李彦彦



平安医保科技中标 国家医保局信息化建设项目

日前,国家医疗保障局医疗保障信息平台建设工程相关项目的中标结果公布,中国平安旗下平安医保科技中标第七包——国家医疗保障局医疗保障信息平台宏观决策大数据应用子系统、运行监测子系统的建设工程采购项目。

前述项目的中标,是平安“医疗健康生态圈”在医保支付端构建的重要里程碑。平安医保科技相关负责人表示,公司将利用集团领先的科技成果和丰富的医疗健康场景经验,高质量、高标准完成系统建设任务,助力国家医保局信息化建

设和我医保改革。

据悉,截止到2018年底,平安医保科技已为国内200多个城市提供“智慧医保”精细化管理解决方案,覆盖人口逾8亿,每年审核医保基金超过3000亿元,每年节约医保支出近400亿元。

未来,该公司将在医保端持续打造对“流程、政策、机制、人群”深入管控的医保综合控费和服务体系,为医保管理机构的科学决策管理及高效运营提供一揽子、智能化、多层次的解决方案及技术服务,为百姓看病就医、健康管理等提供便利。

见习记者 王堂

新华人寿保险公益基金会亮相宜昌 2870名环卫工人获赠2.87亿意外险保额

5月9日,新华人寿保险公益基金会向宜昌主城区范围内的2870名环卫工人每人捐赠的10万元人身意外伤害保险正式生效,合计捐赠保额达2.87亿元人民币。

宜昌主城区的2870名环卫工人,每天奔波在城市大街小巷,挥洒着他们的汗水,让城市变得更美好。为了更快为环卫工人提供一份意外保障,给他们创造一个安全的工作环境,新华保险宜昌中支与宜昌市环境卫生管理处特别举办了“城市因你而美·新华伴你而行——新华保险关爱全国环卫工人大型公益行动”签约

仪式。

据了解,“关爱全国环卫工人大型公益行动”是新华人寿保险公益基金会的主打项目,由新华保险发起,旨在为环卫工人构建起风险保障的后盾,同时也呼吁全社会对包括环卫群体在内的更多需要帮助的人送去关爱。自2017年启动以来,该项目已覆盖全国56个城市,2019年还将覆盖100个城市,惠及70万余名环卫工人。截止到2019年4月,该项目已在全国范围内完成68例环卫工人人身意外伤害理赔,累计支付身故、伤残保险金629万元人民币。