

宝妈自学推拿催便却适得其反

专家:应在专业指导下进行

■记者 赵清

本报讯 近年来,小儿推拿在宝妈圈中走红,各种“神奇推拿,宝宝脾胃无忧”“简单几招,助力孩子茁壮成长”的帖子在网上随处可见。然而,方女士(化名)的一次经历却并不美好。

方女士的女儿琳琳(化名)年仅两岁便受到便秘的困扰。她经常三四天才排一次大便,情况严重时,一周才排一次。方女士尝试给女儿喝蜂蜜水、吃香蕉、服用益生菌都不见效,无助的她向闺蜜倾诉自己的苦恼。

“听说小儿推拿很有效,网上都说能‘巨催便’!”闺蜜的一句话让方女士

动心了。她拿起手机在社交平台上搜寻关于小儿推拿的信息。那些看似简单易懂的教学视频和图文教程,让她仿佛看到了解决女儿便秘问题的钥匙。

方女士满怀信心地开始学习,并按照教程上的步骤,一丝不苟地为女儿推拿。她每天三次,认真地在女儿的小肚子上“画圈圈”,顺时针、逆时针交替进行。然而,这种推拿方法非但没有改善琳琳的便秘情况,反而让症状愈发严重。女儿那些硬如小丸子的大便,加重了方女士的焦虑。

方女士困惑不已,向市妇幼保健院儿科专家陈皓医生请教。在询问并观看方女士的推拿手法后,陈皓发现

症结所在——推拿的方向错了。

“在中医理论中,推拿的方向至关重要。”陈皓耐心地解释道,“顺时针按摩肚子被视为补,而逆时针则为泻。但在治疗便秘时,我们需要的是‘泻’,因此应该逆时针按摩肚子。”方女士这才恍然大悟。

在陈皓的指导下,琳琳接受了专业的推拿治疗。仅一次治疗,琳琳便感受到久违的便意,整个排便过程十分顺畅。随着治疗的深入,琳琳的便秘问题得到显著改善,大便逐渐恢复了正常的形态和频率。

陈皓介绍,小儿推拿是以中医理论为指导,通过运用各种手法刺激穴

位,使经络通畅、气血流通,从而调整脏腑功能,达到治病保健的目的。它是一种良性、有序、具有双向调节保健作用的物理刺激,注重补泻手法和操作程序,操作轻快柔和,适合小儿的生理特点。主要应用于便秘、腹泻、积食、腹痛、呕吐、腹胀,还可应用于感冒发烧、咳嗽、咳痰、喘息,甚至生长迟缓、免疫功能低下等。

小儿推拿作为一种自然疗法,在适当的情况下确实能够发挥一定的作用。然而,它并非万能钥匙,不能包治百病。在选择推拿治疗时,家长应该充分了解其适应症和禁忌症,并在专业医生的指导下进行。

市妇幼保健院提供从婚前到产后全生命周期呵护

“亚运冠军妈妈”林洪:在这里坐月子舒心

“在这里生娃安心又舒心!”日前,在市妇幼保健院平安诞下3.8公斤重男宝的“亚运冠军妈妈”林洪感叹道。作为国家赛艇队退役运动员、亚运会冠军,由于身体的伤病问题,林洪对孕产医疗机构有着更高的要求。这次她毫不犹豫地选择市妇幼保健院,体验到从孕到产全周期呵护,享受一站式服务的便捷与省心。

■文、图/记者 唐晓玮



产检孕产妇管理中心为林洪母子提供贴心专业的医护服务。

全生育周期护航 11个科室无缝衔接 实现孕产全覆盖

“从婚前的保驾护航、孕期的贴心呵护,再到生产的规范严谨、产后的专业康复,每一个环节都凝聚着医护人员的关爱与责任。”周保锋介绍,经过整合的孕产保健部集婚前保健科、孕前保健科、孕期保健科(产科门诊)、医学遗传与产前筛查科、产后康复科、医养母婴中心等11个科室于一体,可提供“婚前—孕前一孕前一产前一产后”的一站式全生育周期服务。

在备孕阶段,男女双方可以通过医学检查咨询、检查和指导严重遗传性疾病等,有免费和个性化定制两种选择。备孕阶段,可以选择孕前优生检查,降低出生缺陷风险。产前诊断阶段,通过染色体项目检查等对出现先兆性流产、生化妊娠、排卵障碍等疾病的孕产期女性提供精准的保胎服务。

进入孕期,医院开设高危孕产妇门诊、孕产期睡眠门诊等,为孕产妇提供全方位的健康管理。进入分娩期,开通助产门诊,根据孕妇身体指标制订分娩计划。从孕产期直到产后42天,医院围绕母子健康、孕妇营养等情况提供专业的指导干预与保健服务。

周保锋表示,通过深度整合资源、优化流程,医院构建起全方位服务平台。一站式全生育周期服务模式为孕产妇提供了便捷、专业、舒心的服务,让孕产妇在愉悦氛围中迎接新生命,开启幸福新篇章,尽显市妇幼保健院的关怀与服务高度。

一站式VIP服务 孕期管家全程提前做好安排

怀孕初期,不少女性怕产检过程麻烦、费事,而在市妇幼保健院则免除了这样的后顾之忧。“我享受VIP服务,产检提前预约,人来了就能做,还有专人陪护。”林洪回忆说,她第一次来市妇幼保健院时,产检孕产妇管理中心根据她的情况,配备专职孕期管家和接诊专家,从产检预约、陪伴检查,到查阅领取结果和交费,孕期管家都安排妥当,完全不用她操心。

“经同事的热情推荐,我慕名找到孕产保健部主任周保锋问诊。整个孕期我都在他的门诊产检,从怀到生给

我专业的建议和指导,让我能安心顺利生产。”林洪说,她今年37岁,老家在襄阳,2017年应聘到十堰市外国语学校,从事小学体育教学工作。

在2010年举行的第16届广州亚运会上,她和队友代表中国队在2000米女子双人单桨无舵手决赛中夺得冠军,后来因伤退役。由于腰椎受伤,她做过手术,因此选择孕产医院十分慎重。

今年9月10日,林洪入住由孕期管家提前安排好的产科病区VIP单间,手术医生周保锋和麻醉科医生陪伴她一起进入病房。早在一天

前,他们就沟通过,因此并不觉得陌生和紧张。

上午9点,林洪进入手术室。麻醉成功后,医生迅速开始操作,仅一分钟,宝宝便顺利降生,是个3.8公斤重的大胖小子。整个手术过程约30分钟,林洪始终保持清醒,医护人员轻声交流,让她心情放松。

手术结束后,医生和孕期管家第一时间来到病房看望林洪,并引荐产后康复科与儿童保健科的专业人员。这一贴心举动确保她产后能够顺利接受全面的康复治疗 and 儿童保健服务。

医疗级月子中心 享受亲人般的细心照料

住院5天后,林洪转入早已预约好的市妇幼保健院医养母婴中心,享受医疗级的月子服务。这里不仅为她 and 宝宝提供一个温馨舒适的居住环境,更让她享受到娘家人般的细心照料。

入住第一天,林洪就感受到月子中心的专业与贴心。不仅月子餐荤素搭配营养丰富,月子中心还会根据孕妇的口味和需求进行个性化订制。拥有多年临床护理经验的产科、新生儿

科护士,24小时为产妇及新生儿提供专业照护。同时,开通新生儿疫苗、儿童成长检测等绿色通道服务,省去家长重新挂号、排队的繁琐。

“选择这里,主要是看重它的医疗服务和专业团队,我可以放心地把宝宝交给月嫂和专家照顾,自己也能得到很好的休息。”林洪感激地表示,医院的妇产科、新生儿科、产后康复科、儿保科、中医科、乳腺科等科室专家每日巡诊,详细询问她和宝宝的情况,给

出专业的建议和指导,感觉非常安心。

除了专业的医疗服务,月子中心还针对产妇的身体恢复推出中药头疗、中药足浴、中药擦洗、中药熏蒸等中医特色服务。这些服务不仅有助于催奶和产后康复,还能缓解产后腰背痛、月经不调等不适症状。

“在这里坐月子,我感觉很幸福。”林洪分享说,不仅自己的身体得到很好地恢复,更重要的是享受到娘家人般的细心照料,如同回家坐月子。