



(上接D02版)

北京协和医院阳光天使早产儿联谊会上,早产儿宝宝在一起玩闹。 新京报记者 浦峰 摄



网络红人“裸跑弟”(左)也是一名早产儿,今年,4岁的他进入小学一年级旁听。安心/CFP



抬头训练降低脑瘫可能性

“早产儿适时、适度、个性化的早期运动训练,包括视听、触觉、运动和平衡学的丰富刺激,可以促进早产儿的良好发育。”王伟琳说。

“家长往往重视喂养等营养问题,对医生所说的在2、3个月时要训练孩子抬头不以为然,实际上,这是判断并发展孩子运动协调能力的重要因素。”韩彤妍强调说,出院后多练习俯卧,矫正月龄达4个月时练习翻身、拉坐,矫正月龄达6个月开始训练孩子爬行。早期运动训练干预可以让早产儿正常发育,甚至比

足月孩子长得更好。

王伟琳说,在训练时要多观察孩子是否能完成翻身、握手、吃手、蹬踏等动作,一定要多跟宝宝说话,多沟通,观察宝宝表情。“头能抬起来,就证明肌张力不是很差,降低了脑瘫的可能性。”韩彤妍说,早产儿应到矫正月龄12个月时才可以站起来。

另外,容易被人忽略的是,宝宝需要增加前庭信息功能训练。王伟琳说,如平躺在大球上,前后、左右、顺、逆时针摇晃大球,来训练婴儿期前庭信息输入的功能。

所有健康指标 3岁达到正常

院外跟踪

据了解,许多医院针对早产儿出院后都会实施长期跟踪,帮助家长判断早产儿是否“正常发育”。

韩彤妍表示,在北京大学第三医院,会根据早产儿的生长发育来测身长、体重,做心肺体格检查和运动智能发育水平评价,查看是否有胆汁淤积、脑白质发育不良等问题,如果有贫血、佝偻病等问题时,就需进行血常规、骨密度检测、运动发育水平测试检查。

出院后,对于体重较小的早产儿,一般1个月复查一次,主要解决家长的喂养问题。

大多数早产儿校正到4个月大时,就可以纳入足月儿的随访计划,改成每2个月一次。大夫会告知如何添加辅食,对长得比较快的孩子,密切观察是否有佝偻病。

早产儿矫正月龄6个月时,需到医院复查其运动发育水平,之后重点训练俯卧、爬;10个月时检查早产儿的爬行运动和运动协调能力,预防脑瘫。这期间,贯穿始终的是营养监测和辅食添加、观察是否有佝偻病。

1岁以后,早产儿每3个月复查一次,主要是观察其语言发育和运动发育水平。一般来说,有的孩子1岁零3个月时说话就比较好听了。

早产儿的追赶生长在1-2岁之间就完成了。2岁以后半年复查一次,3岁以后可以1年复查一次。此时,早产儿应该达到正常儿童所有健康指标。“当然,我们可以监测到早产儿7岁入学时,对其学习能力再进行一次评估。”韩彤妍说。

“七活八不活”没有科学道理

热点问题

老人们常说早产儿“七活八不活”,意思说七个月孕龄的早产儿的存活几率高于八个月孕龄的早产儿,这话有道理吗?

王伟琳:这句话没有科学道理。在母体内孕育时间越久,越接近正常的足月儿的孕龄,存活率和回归正常生活的可能性越大。另外,早期干预、护理越到位,家长和医院合作得越充分,早产儿回归正常生活可能性越大。

很多早产儿都需要服用多种药物,应该如何喂药?

王丹华:早产儿容易出现肝胆发育不成熟、缺钙、贫血、生长发育落后等症状,因此必须在出院后进行纠正治疗,不同的药物,使用的方法、时间也不相同。

比如说包含维生素a和维生素d的伊可新,可以促进母乳中钙的吸收,并使其沉积在骨骼里,促进骨骼生长,可以和奶一起吃,一定要在两次奶中间喂给孩子。并且,钙和铁也不能一起吃,因此需要家长合理安排时间。

早产儿可以使用益生菌来调节正常肠道菌群生长,改善便秘、大便次数过

多等症状,益生菌可以和奶一起喂给孩子。但由于益生菌是活菌,所以一定要用40摄氏度以下的水冲调,不用时要放在冰箱冷藏。

早产儿的免疫力极低,但什么时候应该接种疫苗?有没有特殊的疫苗需要接种?

韩彤妍:早产儿在体重达到2.5公斤以上时可以接种卡介苗等疫苗,晚于正常足月儿,但该种的都要种上,如乙肝疫苗、糖丸等。但特别严重的先天性心脏病、脑瘫、频繁惊厥、严重过敏等为特殊情况,需特殊对待。

早产儿需要在冬季来临前接种肺炎球菌疫苗,防止感染细菌性肺炎等。越小孕龄的早产儿,根据医生制定的接种方案,接种肺炎疫苗的接种次数要相对多一些。

有些早产儿回家时还需带着氧气,在家应该如何使用氧气,什么时候可以停止?

王丹华:氧气使用应该逐渐减少,吃奶时不用,平静时不用,一周后就该回医院检查,看是否可以停氧。如果回家后吃奶不好,容易吐奶,体重不增,也应及时回医院复查。

D02-D03版采写/新京报记者 潘波



观察孩子是否对周围感兴趣

“运动协调能力训练,是智力发育训练的基础。”韩彤妍说,早产儿出生后视听觉及大脑尚未发育完善,因此,早期适量的视觉、听觉刺激不仅可以促进视觉、听觉的整体发育,更重要的是输入更多良性刺激使得大脑更快发育,面对面的亲子交流

还能锻炼宝宝的模仿能力,输入语言信息,为日后宝宝的语言发育打下良好基础。

另外,观察孩子是否会发笑,是否对周围事物感兴趣,6个月时是否能认出熟悉的人,如果孩子对此都无反应,应及时就医,进行康复性训练。

护理贴士

早产儿出院后应达到以下要求:

体重增长:矫正月龄3个月以下,体重增长每日20-30克;矫正月龄3-6个月,体重增长每日15克。

身高增长:每周>0.8厘米,或大于相当月龄的第25百分位。

头围的增长:矫正月龄<3个月,每周大于0.5厘米;矫正月龄3-6个月,每周大于0.25厘米。

早产儿矫正月龄计算公式:

矫正月龄=出生后月龄-(40-出生时孕周)/4

矫正月龄使用到孩子满24个月(2岁)时。

责编 许晓静 图编 高玮 美编 顾乐晓 责校 陆爱英

国家AAAAA级旅游区
世界地质公园
国家重点风景名胜区
国家森林公园

太行山龙头 神奇野三坡

“野三坡号”空调旅游专列

开行时刻 去程:北京西站09:10——>野三坡百里峡11:55
返程:野三坡百里峡17:48——>北京西站20:50
一站直达 天天发车(Y595/596次)北京铁路各售票点均可购票



大型音舞史画《印象野三坡》



百里峡城堡

野三坡旅游公交直通车

开行时刻 去程:天桥公交总站发车 7:30—8:30
返程:野三坡百里峡站发车 17:00、17:30
一站直达 天天发车 现金购票 刷卡无效



百里峡

回首观音