

宝宝有舌苔,就是积食?

本报记者 姚赞原 通讯员 林惠芳

有些家长发现,有时宝宝舌头上会有一层白白的舌苔,这是不是积食了呢?要不要吃点消食的药?

广东省妇幼保健院中医科潘明沃主任指出,舌苔在中医当中常被认为是脾胃之气蒸化胃中食浊而产生,中医师通常都会根据舌苔质地、形态以及颜色的不同,来判断人体的健康状况。

需给宝宝做好口腔清洁

小宝宝由于唾液腺发育尚未成熟,咀嚼功能及舌头的搅拌功能也还不完善,食物来源为奶,如果在吃奶后又不注意口腔的清洁卫生,则可出现一层稍厚一些的舌苔。对于这种舌苔,家

长们需要做的是,每一次喂完奶后,都需要注意给宝宝做好口腔的清洁卫生,待6月龄宝宝开始添加辅食后,注意辅食的食物性状要与宝宝的月龄相吻合,以锻炼其咀嚼吞咽功能,并适当喝一点水。

什么时候需要注意?

潘明沃表示,如果宝宝的舌头上覆盖着一层白色或黄色的舌苔,且出现了与舌苔关联的其他不适,如胃肠功能紊乱、脾胃不佳等症状时,则需要通过专业的中医师来判断宝宝的这舌苔到底代表什么意义。

比如,如果宝宝的胃口变差了,小舌头上可以看到有一层厚厚的黄白色垢物,舌苔黏黏厚厚,不易刮去,

口气也是一种酸臭味,晚上睡眠质量也不好,翻来覆去地睡不安稳,那么,这提示宝宝有可能是由于平时饮食过量,或进食太多油腻的食物,导致脾胃消化功能差而引起了积食。对于这类孩子,中医的调理原则是“若要小儿安,常保三分饥与寒”,饮食上最好做到定时、定量,也不要强迫喂食,以免加重厌食、积食,选择的食物要以清淡易消化的为主,少吃甚至不吃油炸、膨化的食品,晚上睡前尽量不要吃得太饱,在积食期间,也可以通过一些推拿的方法来帮助健脾胃。另外,还有一些有哮喘、慢性支气管炎、支气管扩张的患者,他们体内也可因湿浊或痰饮停积而使得舌苔出现厚



白或白腻苔。

总之,在遇到宝宝出现舌苔时,不要想当然地就以

为是积食或上火了,可以咨询了专业的中医师后再对症处理。

相关链接

舌苔是由脱落的角质上皮、唾液、细菌、食物碎屑及渗出的白细胞等组成,它的形成与舌黏膜上皮细胞的分裂-增殖-分化-迁移-脱落密切相关,正常情况下,每个人都会有不同程度的舌苔,一般情况下,正常

人的舌苔为薄白、润泽的,而它的多少还与咀嚼功能、舌头的搅拌功能以及唾液腺发育成熟度有关,当进食少或只进软食,使咀嚼和舌的动作减少,或唾液分泌减少,舌苔就会变得厚一些。



活动现场。通讯员供图

“阿尔茨海默病科普大讲堂”在广州召开

老人健忘勿小看 预防干预是关键

本报讯(记者 莫文艺 通讯员 杨芳)阿尔茨海默病是老年人常见的慢性进行性神经系统退行性疾病,临床上以记忆障碍、失语、失用、失认、行为改变等为特征。据统计,全球每3秒就会出现1名阿尔茨海默病患者,我国约有1000万名阿尔茨海默病患者,居世界第一,占全球患者的五分之一。随着社会人口老龄化加速,预计到2050年我国患者将达4000万人,给患者家

庭和社会造成严重负担。为引导社会公众正确认识和关注这种疾病,推进广东省阿尔茨海默病防治工作,做到早发现、早治疗,从容面对,不再回避,提高患者及其家庭的生活质量,9月21日,由广东省精准医学应用学会主办的“阿尔茨海默病科普大讲堂”在广州举办。活动采用线上、线下相结合的方式,邀请阿尔茨海默病及认知障碍领域专家为公众宣传普及阿尔茨

海默病预防、治疗和患者照护技巧。

广东省精准医学应用学会阿尔茨海默病分会主任委员、中山大学孙逸仙纪念医院老年神经科副主任刘军教授指出,许多老年痴呆症患者往往在病情较为严重时才会被确诊,这是因为这些老年痴呆症患者不愿意让别人知道自己的记忆出现问题,会回避别人提出的问题,再加上很多人认为年纪大了“老糊涂”是正常现象,因此经常会延误患者诊断和治疗的最佳时机。

刘军教授说,早期识别,延缓疾病的发生,让患者得到及时的治疗是十分必要的。而这一点是需要子女们的爱心、耐心、细心

的观察、发现。他建议一旦子女发出老人出现记忆衰退、积攒垃圾等不正常的收藏爱好、性格改变等可疑症状,应及时咨询专业医师,或引导到神经科就诊。通过系统的、梯度递进的多次认知功能评价,绝大多数患者可以在就诊过程中得到临床可能的诊断。早期干预能显著延缓病情进展,提高生存质量。

阿尔茨海默病如何更有效地预防?广东省精准医学应用学会阿尔茨海默病分会副主任委员、广州市红十字会徐武华教授提出,通过合理的生酮饮食能有效预防阿尔茨海默病。

广东颐寿医疗养老有限公司常务副院长、高华荣

护师为公众科普了怎么更好地照护阿尔茨海默病患者的经验。

会议现场还设置了合跳防治老年痴呆操、爱心赠药、阿尔茨海默病免费筛查、有奖问答等环节,以群众喜闻乐见的形式增强互动,广泛传播阿尔茨海默病预防知识,倡导健康生活方式理念,推动落实健康中国行动和老年健康促进专项行动。

目前,我国已经进入人口老龄化快速发展阶段,老年人口数量持续攀升,患阿尔茨海默病的人口也在日益增多。预防和干预阿尔茨海默病刻不容缓,亟需政府、医务人员以及社会各方力量的共同参与。

惠州市启帆海滨度假酒店有限公司注销清算公告:本公司股东会(出资人)已决定解散本公司。请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视为没有提出要求。庞子豪遗失第二代居民身份证,证件号:440804199311240215,自本声明发布之日起所有与本人身份证有关事情与本人无关,特此声明。返得利(深圳)网络科技有限公司遗失公章壹枚,声明作废。李坤潮不慎遗失中级专业技术资格证书,证号:1803003011711,声明作废。梅州市时锐工艺品有限公司遗失公章编号:4414020046897一枚,声明作废。梅州市置广科技有限公司遗失公章编号:4414270014415一枚,声明作废。本人孙继磊身份证号码:130822198511026219于4月22号缴交智联汽车小镇智睿花园2栋1705单元意向保留金50000元人民币,收据编号为9000646,现在遗失,特此声明。

蔡明凤遗失东莞职业技术学院毕业证书,证书编号:142631201806002967,声明作废。佛山市滕峰网络科技有限公司遗失营业执照正副本,统一社会信用代码:91440604MA546MTJ2N,声明作废。彭立生不慎遗失高级专业技术资格证书,证号:粤高职称字第0900101132675,声明作废。遗失声明:岳驰于2020年9月18日不慎遗失身份证,证号:370902198711184216,现声明作废。深圳八图科技发展有限公司,统一社会信用代码91440300MA5FTQ615G,遗失公章壹枚,声明作废。白洁遗失南通大学就业推荐表,编号:74213284,声明作废。南通大学白洁遗失毕业生就业协议书,编号202074213284,声明作废。深圳市元森泰商贸有限公司遗失公章、财务专用章壹枚,声明作废。邹记妹遗失个体工商户营业执照正副本,统一社会信用代码:92440101MA59U4RX0J,声明作

废。遗失声明:黄菊于2020年9月17日在广州市越秀区农林下路不慎遗失身份证,证号:440882198910056588,现声明作废。海丰县全通机动车驾驶员培训有限公司遗失道路运输证,车牌:1579,证号441500002696,声明作废。本人周晋康不慎于2020年9月16日遗失第二代居民身份证,证件号:43040619970910153X,自本声明发布之日起所有与本人身份证有关事情与本人无关,特此声明。常宇宇遗失第二代居民身份证,证件号:452123199208032834,自本声明发布之日起所有与本人身份证有关事情与本人无关,特此声明。邓港龙遗失第二代居民身份证,证件号:441224199709181431,自本声明发布之日起所有与本人身份证有关事情与本人无关,特此声明。黄金发遗失广东文理职业学院毕业证书,证书编号:141261201206001233,专业:电子信息工程技术,毕业年份:2012年,声明作废。广州百信物业管理有限公司开据管理费保

金、水电周转金3514元。E21铺,收据号NO:0042928。因为,收据不见了,在此声明作废。2020年9月19号。申请人:蔡劲豪。何为遗失士兵证,证件号码:士兵字第15024268110,特此声明。遗失声明:张钦现在于2020年9月15日不慎遗失身份证,证号:350624200308153557,特此声明作废。经营者刘瑞桂不慎遗失广州市白云区市场监督管理局2019年04月03日核发的营业执照正本,名称:广州市白云区松洲翔誉摩配商行,编号:GS112819076064,统一社会信用代码:92440101MA5A9TCBX6,现声明作废。王霞遗失第二代居民身份证,证件号:511304198208083028,自本声明发布之日起所有与本人身份证有关事情与本人无关,特此声明。吴豪磊遗失警官证,证号粤字第0112238号,声明作废。惠州市佳汇通物流有限公司遗失公章、财务专用章,声明作废。杨钧健遗失广东食品药品职业学院大学毕业证

书,证书编号:125731201806004746,声明作废。潘大林遗失个体工商户营业执照正副本,注册号:440103600113638,声明作废。广州市海珠区韩琪汽车业务经营服务部个体工商户营业执照正副本,注册号:440105601243746,声明作废。黄楚文于2020年09月08日身份证遗失,证号:4405231988101000215,自遗失之日起不承担被人冒用而引发的一切法律责任,特此声明。黎新遗失保险销售从业人员职业资格证书,证号02000244000080002018101447,声明作废。谢旭龙遗失部队军车驾驶证,证件号码:WN09000132,特此声明。

登报 挂失 广告热线 4001109919

本栏目所展示的信息由发布者自行提供,本报不是内容的制作者,只负责原样展现信息,发布者所发布的信息内容,信息内容的真实性、准确性和合法性由发布者负责。