宝宝手心脚底发黄? 快看看肝脏是否正常

在你逗弄孩子,亲亲 宝贝的小手小脚丫的时候, 有时会发现宝宝手心、脚掌的 皮肤好像有些发黄。说不上健 康还是不健康,但那种蔫黄蔫黄的 颜色,让人感觉初生时的黄疸好像 又来了。网上有传言说这是肝脏 出了问题,是真的吗?

在宝宝的成长过程中,脚底黄 其实是一个比较常见的现象,也容 易被家长们忽略。但是网络信息 -定都准确,有时容易自己吓自 己。肝脏病变确实会导致宝宝脚 底黄,但属于极少数情况,还会伴 随有其它并发症,家长很容易辨 那常见的宝宝手心、脚底黄, 是什么原因呢? 我们来捋一捋。

宝宝如果患有缺铁性贫 缺 血,一般会出现以下几种表 现:面色苍白,头发枯黄;记忆 力减退;精神不好;常哭闹,脾 性 气大,容易被激怒。

有些宝宝脸色红润、精神 旺盛,正是气血充足的表现。 而缺铁性贫血的宝宝,身体里 的血红细胞不足,反映到外观 上便是皮肤发黄,脸色苍白。 这种黄,在手心、脚掌这些血 管密集的地方会更加明显。

解决方法:从饮食方面, 可以给宝宝食用补血、补铁的食物。富含铁的食物包括猪 肝、蛋黄、海带、黑木耳、鱼、 鸡、牛肉、紫菜、菠菜、芝麻、豆 此外,还可以给宝宝对 证服用补铁补血的食疗方。

皮肤发黄3号"元凶":

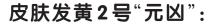
脾胃寒凉、阳气不足

如果带脚底黄的宝宝去看中 医,可能会得到这样的诊断:你的 孩子脾胃偏寒凉,阳气不足。确 实,宝宝脚底黄的常见原因之一 就是阳气亏虚。如果宝宝还有日 常容易盗汗、睡着后怕热踢被子、 睡醒后上火、有眼屎等现象,是属 于较为典型的"虚寒底"。

"虚寒"之脏,在于脾肾。宝 宝脾胃先天常不足,但现在家庭 条件普遍较好,饮食容易丰富厚 重,宝宝脾胃受累的情况便常发 生。先天禀赋不足的前提下,脾 胃超负荷运转,积滞、水湿都会 损耗阳气。这就是为何"脾气不 足,阳气就会不足"的主要原 一旦阳气不足,身体无力运 化气血,宝宝的肢体末端就容易

解决方法:可 以通过安全又常用的 食疗健脾

健脾后,便是补阳。食 补不如睡补,初期可先尝试睡 眠养阳,睡好子午觉。午觉11: 00~13:00。午睡1~2小时即可, 不宜过长。否则容易造成宝宝 睡醒后依然昏昏沉沉,且晚上入 睡难。晚觉21:30~07:00。夏季 白天长,平时习惯9点睡觉的宝 宝可以话当延后半小时。但也 不能太晚,尽量在晚上10点前人 睡,对宝宝的生长发育有好处。 除了睡补,晚上睡前泡脚、晴朗 无风天外出散步晒晒太阳,都是 温阳驱寒的好方法。



可能胡萝卜、南瓜吃多了

发

黄

元

也

西方有句谚语:人 如其食。用在宝宝脚底黄的 情况,也有几分道理。其实,家 长大可不必紧张,最常见引起宝宝脚 底黄,甚至皮肤黄的原因,是摄入了过 量富含胡萝卜素或黄色色素的蔬菜瓜 果。比如胡萝卜、橘子、南瓜、红薯 等。这些食物的色素对宝宝身体本是无 害的,但因为宝宝的消化能力还不成 熟,如果长时间摄入过多富含色素的食

物,宝宝的肝脏无法转化完全,多余的 色素就会沉积。

由于宝宝平时的活动大多是爬行或 行走,色素就会更多地沉积在手掌或脚掌 上,就会出现这些部位皮肤发黄的现象。

解决方法:家长回忆一下近期宝宝的 饮食,如果确实有高频率地吃胡萝卜、南 瓜等食物,减少或避免给宝宝喂食含有胡 萝卜素或黄色色素的食物,过一段时间宝 宝的肤色便会恢复正常。

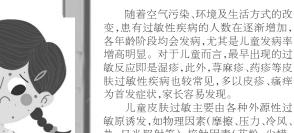
最担心的肝功能问题最容易甄别

开头说到,当肝胆湿 郁热蒸,出现肝脏问题,也 会导致宝宝的手足发黄。 但这种原因是极少见的, 家长们无须太过担心。

只要宝宝的眼白不 发黄,一般没有大碍。

但如果出现白睛发黄、 食欲严重下降、发热且 尿黄等症状,那就很 可能是宝宝的肝 出现了问题, **汶时便要及** 时就医。

关于孩子皮肤过敏,您了解多少?



的皮肤病,急性期主要表现为皮肤潮红、 渗液、瘙痒明显,后期皮肤干燥、皲裂、结 痂、增厚,多为对称分布,部位不定,头皮、 面部、耳廓、四肢伸或屈侧多见。湿疹与 皮肤屏障功能不完善有很大关系,因此平 时家长要注意给孩子皮肤保湿,涂抹润肤 治疗上需在医生指导下外用一些激 素类药膏及口服抗组胺药。因湿疹反复 发作,跟孩子的过敏体质有关,中医治疗

可以标本兼顾,既可缓解孩子症状,也可 改善孩子过敏体质,减少发作次数。

二、荨麻疹

荨麻疹是儿童比较常见的一种过敏 性疾病,也就是我们俗称的"风疹块",孩 子接触过敏原后很快全身出现大小不-

三、药疹

药疹是药物通过口服、外用、吸入 和注射等途径进入人体后引起的皮肤黏 膜反应,对于孩子来说,任何药物都有 可能引起药疹, 临床最常见的药物是头 孢类抗生素、解热镇痛类药物及一些中 药。药疹的皮疹表现多样, 无典型 表现,可见如麻疹样或猩红热样或 荨麻疹样,严重还会有剥脱性皮炎 有的孩子还伴有发热、头痛、全身不 适等,不容易与其他疾病所致的皮疹鉴 别,建议家长详细记录孩子使用过的药 物名称,以便帮助医生分析原因,尽早

3、饮食注意:皮肤过敏期间不让孩子 进食辛辣刺激性食物,避免进食一些容易 过敏的食物,如鱼虾、花生、芒果等,哺乳 的妈妈也应注意。

4、建议给孩子穿纯棉、柔软、透气、无 拉链的衣服,减少孩子衣服对皮肤的刺 激。家长抱孩子时,也要穿纯棉、无拉链、 无硬物的衣服,避免刺激、摩擦孩子皮肤。

