

公共场所找不到地方、工作繁忙没时间……职场妈妈频遇喂养尴尬

热点聚焦

职场妈妈“喂”爱坚持不易

■ 本报记者 马珂

“打游击”给孩子喂奶

不久前,28岁的海口市民周红生下一名健康可爱的男宝宝,“晋级”成为母亲。

随着时间的推移,对于出门时不要带宝宝这个问题,周红越来越觉得纠结和尴尬。原来,她半个月前抱着宝宝去逛超市。可逛着逛着,怀里的宝宝莫名地大哭起来。任凭周红怎么哄,宝宝依旧哭个不停。陪同她一起逛超市的婆婆看出端倪:“宝宝可能饿了”。

“当时,逛超市的人特别多,我找了半天也没找到适合喂奶的地方。”周红说,无奈之余,她只好抱着宝宝去了超市里专门的服装试衣间里喂奶。

“现在,我不敢抱着宝宝上街,也不敢去商场超市购物,甚至不敢去人多的地方。”周红说,自己是职场女性,一边是嗷嗷待哺的宝宝,一边是人来人往,她真是感到万分尴尬。

海口市民秦女士,产后3个月就回到单位上班。“孩子吃奶保证不了,中午和下午下班后就要飞奔回家,生怕孩子饿着。但是,有时工作忙起来,根本赶不上孩子的‘饭点’,慢慢就开始给孩子加奶粉,不得不放弃纯母乳喂养。”秦女士无奈地表示。

以上两位妈妈仅仅是诸多职场新妈妈的一个缩影。不少新妈妈在公共场所因为找不到相对隐私的场所,在给宝宝喂奶时她们不得不“打游击”。

“上周末,我一个亲戚结婚,婚宴吃到一半,宝宝突然闹起来。实在没办法,我只好去饭店的卫生间里去喂。”接受采访的新妈妈李萧雨说,产假结束后,她上班中午赶不回家,不得不考虑给孩子喂奶。

去年婴儿纯母乳喂养率超六成

据省妇幼保健院有关负责人介绍,海南省妇女儿童发展规划(2011—2020年)要求0—6个月婴儿纯母乳喂养率达到50%以上。我省妇幼卫生年报数据显示,2011至2014年间,0—6个月婴儿纯母乳喂养率均达到国家提出的要求,2014年为65.81%。

作为爱婴医院,海南妇产科医院通过反复宣传教育等手段,将2014年8月至2015年7月母乳喂



8月1日—7日是“世界母乳喂养周”。世界卫生组织和联合国儿童基金会向全球母亲发出倡议:在宝宝最初的6个月内,应坚持纯母乳喂养,开始添加辅食后,母亲仍应坚持母乳喂养到宝宝2岁或2岁以上。

母乳喂养5个误区



教师群体,请不要忽视口腔健康

教师是一个集脑力劳动与体力劳动于一体的职业,辛勤的园丁们在繁重而辛劳的教学中备受颈椎、腰椎、咽喉炎等疾病的困扰。而近年来,龋齿、牙周炎、顽固性口腔溃疡等口腔疾病也日益袭向教师行业。

“这段时间刷牙都会牙龈出血,牙疼更是家常便饭。”前来海南拜尔口腔医院就诊的蒋老师向医生说出她的困扰。海南拜尔口腔专家于亚明表示,实际上像蒋老师这样年纪轻轻就饱受牙周病困扰的教师为数不少。教师之所以成为牙周疾病的高发人群,是由于其工作环境中口腔缺氧和持续性大声说话,造成了教师用口呼吸的习惯,导致进入肺部的氧气不足和利用率降低。教师讲课时要接触粉尘,唾液丢失较多,口腔自洁作用较差,给细菌堆积创造了条件。

教师平时工作较忙,经常把牙龈出血看做正常的“上火”现象,殊不知其口

腔已处于牙周病初期阶段。于亚明医生指出,牙周病是慢性疾病,大部分病患初期都没感觉,等到牙龈红肿、疼痛后才知道患了牙周病。牙龈红肿会影响美观,牙齿破坏严重时甚至需要拔除。另外,牙周病会出现口臭,也会造成身体其他系统的疾病,如呼吸系统疾病、骨质疏松症、心血管疾病、老年痴呆症、孕妇早产、糖尿病等。

由于口腔疾病从初诊到治疗结束需要一个长期治疗时间,若出现牙齿缺失的情况,复诊次数会更加频繁。教师选择在暑假治疗口腔疾病,不仅避免了治疗对教学工作的影响,还能使其在炎热的夏季不再受口腔疾病的困扰。

专家介绍:
于亚明 海南拜尔口腔门诊主任,擅长全口综合治疗,有30多年的口腔临床工作经验。

海南拜尔口腔医院

24小时咨询热线:66556933

官网:www.hnbyer.com

地址:海口市龙昆南路白坡里336号(南大桥下白坡里公交站旁)

疾病预防控制与健康

海口市疾病预防控制中心 特约专栏

手足口病防治知识问答

时值手足口病高发期,海口市疾控中心提醒家长,必要的手足口病防治知识需要掌握。

1、什么是手足口病? 手足口病是一种常见多发传染病,以婴幼儿发病为主,多种肠道病毒都能引起,潜伏期多为2—10天,平均3—5天。大多数患者发病时,往往先出现发烧症状,手掌心、脚掌心出现斑丘疹和疱疹(疹子周围可发红),口腔粘膜出现疱疹和/或溃疡,疼痛明显。部分患者可伴有咳嗽、流涕、食欲不振、恶心、呕吐和头疼等症。少数患者病情较重,可并发脑炎、脑膜炎、心肌炎、肺炎等,如不及时治疗可危及生命。

2、手足口病是怎么传播的? 手足口病传播途径多,主要通过密切接触病人的粪便、疱疹液和呼吸道分泌物(如打喷嚏喷出的飞沫等)及被污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具等感染。手足口病目前没有疫苗,但只要早发现、早治疗,是完全可防可治的,不会留下后遗症,皮肤上也不会留下疤痕。根据以往的发病与治愈情况看,只有个

别重症患者可能出现脑膜炎、肺炎等。

3、哪些人容易患手足口病? 婴幼儿和儿童普遍多发,3岁及3岁以下婴幼儿更容易得病。由于成人的免疫系统较完善,成人一旦感染一般不发病,也无任何症状。但感染后会传播病毒,因此成人也需要做好防护,避免传染给孩子。

4、孩子出现可疑症状怎么办? 如果孩子出现发热、皮疹等症,要及时到医疗机构就诊,同时要密切观察。不要去幼儿园和人群聚集的公共场所,避免与其他孩子接触玩耍。一旦吃生冷食物、居室要经常通风、要勤晒衣被。流行期间不带孩子到人群密集、空气流通差的公共场所,要避免接触患病儿童。流行期可每天晨起检查

5、一般家庭怎么预防? 预防手足口病的关键是注意家庭及周围环境卫生,讲究个人卫生。饭前便后、外出后要用肥皂或洗手液洗手;不喝生水,不吃生冷食物;居室要经常通风;要勤晒衣被。流行期间不带孩子到人群密集、空气流通差的公共场所,要避免接触患病儿童。流行期可每天晨起检查

孩子皮肤(主要是手心、脚心)和口腔有没有异常,注意孩子体温的变化。

6、如果家里有孩子感染,要特别注意什么? 要注意不让生病的孩子接触其他儿童;看护人接触孩子前、替换尿布后或处理孩子粪便后都要洗手;生病孩子的衣服、玩具、餐具、枕头被褥等要保持卫生,孩子的日常用具要消毒;要勤开窗通风。不要着急让孩子去幼儿园,要在全部症状消失一周后再去,防止传染其他孩子。一般症状轻不用住院治疗,居家治疗,注意休息即可。

7、如何对日常用品进行消毒? 如果家里有孩子得了手足口病,可采用以下方法消毒:奶嘴、奶瓶、餐具、毛巾等物品用70度以上的热水浸泡30分钟或者煮沸3分钟;污染的玩具、桌椅和衣物等使用含氯的消毒剂(84消毒液或漂白粉)按使用说明每天清洗;孩子的痰、唾液和粪便、擦拭用纸等都最好倒入适量消毒剂,搅拌均匀后再丢入厕所。注意:酒精对其无效。(小可) 海口市卫生局 海口市疾病预防控制中心

业界资讯

食药监总局化妆品抽检

8批面膜

检出激素类禁用物质

国家食品药品监管总局近日公布了对面膜类化妆品的监督抽检结果,8批次产品存在非法添加禁用物质、违规使用限用物质等问题。

抽检的不合格产品及生产企业为:标称朗曜日化(上海)有限公司生产的金莲4合1密集润白修复面膜和3D紧致V脸弹力面膜两种产品,标称上海臻美科技发展有限公司生产的i尚1膜瓷娃娃0毛孔面膜,标称广州澳谷生物科技有限公司生产的仟佰草茶树清痘控油隐形面膜,标称广州天姿丽化妆品有限公司生产的透明质酸密集补水隐形蚕丝面膜和水感透亮柔嫩细肤蚕丝面膜两种产品,标称广州市白云区美莲葆化妆品厂生产的左旋C焕肤驻颜蚕丝面膜,标称(中德合资)肇庆市清秀日化有限公司生产的美白凝肌蚕丝面膜。上述产品均检出含有禁用物质氯倍他索丙酸酯。

据介绍,氯倍他索丙酸酯属于糖皮质激素类物质,长期使用含有糖皮质激素的化妆品可能导致面部皮肤黑斑、萎缩变薄等问题,还可能出现激素依赖性皮炎,被规定为化妆品禁用物质。

食药监总局要求,相关食品药品监管局核实后责令企业停产整顿,对已上市销售产品立即采取下架、召回等措施;彻底查清不合格产品的批次、数量和流向,对企业违法违规问题依法查处,涉嫌犯罪的移交公安部门追究刑事责任。各地经营上述产品的商业企业立即停止销售,就地下架封存。同时,对于涉嫌假冒的化妆品,食药监部门将深入调查化妆品经营者的进货渠道,发现制售假冒伪劣化妆品黑窝点的,将依法严厉查处,涉嫌犯罪的移交公安机关惩处。

(据新华社电)

保健食品拟标识

“不可代替药物”

为规范保健食品标识管理,国家食品药品监管总局日前就《保健食品标识管理办法(征求意见稿)》向社会公开征求意见。根据意见稿,保健食品标识应声明“本品不能代替药物”。

意见稿明确了保健食品标识的概念,即用以表达产品和企业基本信息的文字、符号、数字、图案等总称,如说明书、标签、标志等。标识内容应当真实准确、容易理解。

在保健食品标识的产品信息方面,意见稿要求,应包括原料和辅料;功效成分/标志性成分及含量;保健功能及保健食品标志等内容并符合相关要求。

根据意见稿,保健食品标识的使用信息应包括食用方法及食用量;适宜人群、不适宜人群;注意事项;“本品不能代替药物”的声明等。其中,“本品不能代替药物”的声明内容应当采用与周围文字不同、效果更为突出的颜色,违者将处一千元以上二万元以下罚款。

意见稿还指出,标签标识不得标注明示或者暗示具有预防、治疗疾病作用;虚假、夸大、使消费者误解或者欺骗性的文字或者图形;具有欺骗性、夸大宣传的描述以及违反广告法、商标法的内容等。

社会各界可于2015年8月28日前,通过中国政府法制信息网(<http://www.chinalaw.gov.cn>),以邮件、信函及传真等方式对三部征求意见稿提出意见。

(据新华社电)

预测乳腺癌风险有新招

英国帝国理工学院日前发布的一项研究考显示,血液中白细胞的DNA甲基化水平可作为生物标志物预测乳腺癌风险,帮助女性更好地对该病进行早期预防。

甲基是甲烷分子失去一个氢原子后剩下的部分,能与DNA结合,称为DNA甲基化。该过程能调控基因的活跃程度。此前研究发现,几乎所有类型的癌症都与DNA甲基化有关。

来自帝国理工学院意大利一家机构的研究人员合作试验,对一些女性志愿者进行长达9年的跟踪观察,在此期间对它们的血液样本开展对比分析。据研究报告介绍,观察期内患上乳腺癌的女性与那些没有患此病的女性相比,前者血液中的白细胞DNA甲基化水平较低。研究人员说,这说明白细胞DNA甲基化水平如果低于正常水平,就可视为乳腺癌风险升高。

帝国理工学院的詹姆斯·富兰纳根说,这项研究展示了从表观遗传学方面对乳腺癌风险进行研究的重要性,目前这方面研究还处于初级阶段,未来有必要投入更多资源展开深入研究。

(据新华社电)

海南妇产科医院职工无偿献血5800毫升

本报讯(记者马珂)日前,得知海南省血液中心供血紧张的状况,海南妇产科医院组织医院职工积极献血,27人无偿献血总量达5800毫升。

据统计,15年来,无偿献血已成为海南妇产科医院广大职工的自觉行为。采访中,许多医护人员纷纷表示,“作为医务工作者,更有责任和义务积极献血,为救治患者多献一份爱心。”