

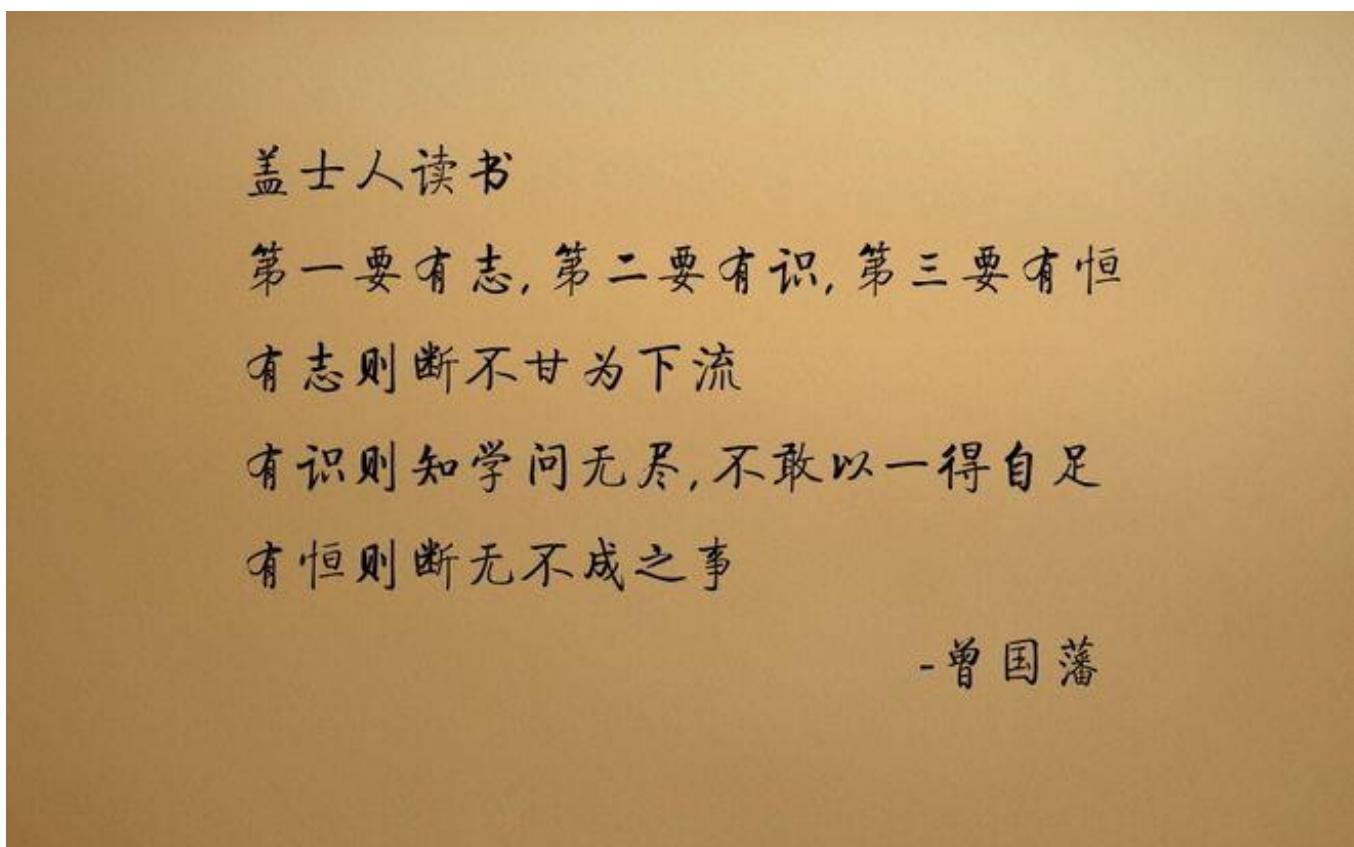
宝宝盗汗

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678069327156392.html>

范文网，为你加油喝彩！

京酱肉丝的做法-品质质量管理



2023年3月6日发(作者：爱茜茜里)

第1页

小孩盗汗吃什么

文章目录*一、小孩盗汗吃什么*二、小孩盗汗的护理*三、引起

小孩盗汗的原因

小孩盗汗吃什么1、小孩盗汗吃紫菜

紫菜含有丰富的蛋白质、氨基酸、食物纤维、维生素、钙、

铁等成分,不仅营养价值很高,药用价值也很高,可以化痰软坚、

清热利水、补肾养心,对咳嗽、淋病、高血压、水肿、慢性支气

管炎等都有很好的辅助治疗作用。它丰富的蛋白质和多糖成分可

以增加机体免疫力,可以很好的改善晚上睡觉总是出汗的症状,

晚上盗汗的人平日可以多食用一些紫菜。

2、小孩盗汗吃猕猴桃

猕猴桃也叫做藤梨,是一种非常好吃且营养价值很高的水果,

它富含丰富的维生素C和维生素A叶酸,被称为“维生素之王”,

除此之外,还含有丰富的碳水化合物、多种氨基酸以及各种微量

元素。猕猴桃具有降血脂、降胆固醇、促消化、抗肿瘤等作用,

它还是一种滋补强身的佳品,它当中所含的多种营养物质可以提

高机体免疫力,促进新陈代谢,增强体质,晚上睡觉容易出汗的朋

友们多吃一些猕猴桃,可以得到有效的改善。

3、小孩盗汗喝什么汤好

3.1、山药汤。适用:脾胃虚寒引起的体虚多汗。

功效:容易盗汗的宝宝们,妈妈可以给宝宝做一些山药汤、山

第2页

药粥之类的食物。山药能够滋补养胃的功效,还能够健脾补虚,

宝宝吃一些山药对于脾胃的功能有很好的改善作用,身体也会更

加强壮。虚寒多的问题也会有所改善。

3.2、黄芪红枣汤。适用:体虚患儿(若不是小孩体虚,不要随

便给孩子吃黄芪等补品)。

材料:黄芪15克、红枣20个,加适当的水。

功效:黄芪具有益气固表、改善表虚的功效,而且性状温和,

是适合宝宝食用的一种中药材。

小孩盗汗的护理1、对于生理性盗汗的小儿

一般不主张药物治疗,而是采取相应的措施,祛除生活中的

导致高热的因素。

应该对小儿睡前的活动量和进食量给予控制,这样也有利于

睡眠和控制小儿肥胖,有益于小儿的身心健康。

冬季卧室温度以24 ~ 28 为宜;被子的厚薄应随气温的变

化而增减。

一般说来,若家长注意到上述几种容易引起产热增多的诱因,

并给予克服,出现盗汗的机会会自然减少。即使小儿偶尔有一二

次大盗汗,也不必过分担心,盗汗所丢失的主要是水份和盐份,通

过每日的合理饮食是完全可以补充的。

第3页

2、对于病理性盗汗的小儿

缺钙引起的盗汗,应适当补充钙、磷、维生素D等,并应做到

以下几点:

多接触日光,包括户外光线及反射的光线。可在户外活动,

不要隔着玻璃晒太阳。

力提倡母奶喂养。

早产儿、双胎,经常腹泻或有其他消化道疾病的小儿应注意

加用维生素D。

北方农村或寒冷的地区要按计划地采取“夏天晒太阳,冬天

吃D剂”的预防佝偻病措施。

引起小孩盗汗的原因1、身体缺钙引起。主要的表现就是入

睡后的前半夜,宝宝的头部有明显的出汗情况,由于头部出汗过

多,刺激到宝宝,所以宝宝在睡觉的时候会经常摇晃脑袋,并且因

为经常与枕部的摩擦,会导致宝宝头发稀少和脱落的情况,造成

“枕秃”的情况,这个时候可以及时的给宝宝补充维生素D,对症

以后就会慢慢减少出现盗汗的情况。

2、结核菌引起。如果宝宝的表现是在后半夜出现盗汗的情

况比较严重,多数是结核病的表现,并且结核病还有其他的一些

表现,如:出现低热、疲倦无力、食欲减退、面部潮红的情况。如

果是有这个方面的怀疑,可以到医院进行相关的检查和诊断,就

可以很好的对症治疗。

3、交感神经紧张引起。某些疾病,如心脏病和糖尿病因为身体的压力促使交感神经经常处于紧张的状态,宝宝也会出现夜间出汗或者手脚出汗的情况,可以带宝宝到医院进行诊断,听听宝宝的心跳有无异常情况,摸摸肚子有无明显肿块,上呼吸道是否畅顺等等。

更多作文请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)开发