

宁波志愿服务大篷车第317期开进海曙文化社区

专家传授婴幼儿急救知识



商报讯(记者 戎美容 通讯员 陈存萍 实习生 高杉 王瑶)9月20日上午,由市文明办与东南商报联合推出的宁波志愿服务大篷车第317期来到海曙西门街道文化社区。本次活动邀请了妈妈知道“玫瑰宝贝守护团”、市妇儿医院儿科第四党支部10名医护人员,为居民现场演示和讲解急救知识,受到了许多家长的欢迎。

在急救演示开始之前,妈妈科学院“院

士”、宁波市医学会儿科分会副主任委员兼秘书、宁波医学会围产分会副主任委员、宁波市妇女儿童医院小儿ICU主任吕勤强调了急救措施的重要性。

随后,吕勤介绍了婴幼儿遇到意外窒息后的急救措施:要先检查患儿有无意识,对婴儿可以轻轻敲拍脚掌,对幼儿可以摇动肩膀,但切记不能左右摇晃,而且时间不能超过10秒。随后抬起患儿的下巴打开气道,观察其胸腔的起伏,以确定宝宝是否还有呼吸。如果已无脉搏,立刻拨打120,并进行心肺复苏术——通过胸外心脏按压和人工呼吸,使携带氧气的血液循环到脑部和其他重要器官,直至急救人员赶到。如果患儿出血多,要先进行止血,在出血情况得到控制之前,不要进

行心肺复苏术。进行心肺复苏时,将患儿保持仰卧状态。

参加本次活动的“玫瑰宝贝守护团”成员有:吕勤、徐莉敏、刘坤鹏、沈金亚、顾薇薇、沈金亚、沈敏敏、李文娟、王丽娜、钱筱琴。

■社区名片

文化社区东起翠柏路,南临中山西路,西靠文化路,北接后河路,总占地面积47100平方米,其中绿化面积占32%。目前,社区共有37幢117个楼道(墙门),划分为28个居民楼群(墙门)小组。社区共有1591户,户籍人口3469人,常住人口5043人。社区内有宁波市人防办、宁波邮政局、宁波爱菊艺校、海曙老年病医院、宁波市农机局、海曙区卫生监督所等20余家企事业单位。



妇儿医院医护人员教居民小儿急救知识。
记者 徐文杰 实习生 陈哲 摄

掌心里的创意:DIY石头手绘



商报讯(记者 孙肖 实习生 林小慧)东南商报“生活学会”联合三江购物推出“生活微课堂”第15期“情比石坚——DIY手绘石头”活动。此次活动在海曙区人才培训学校举行,特邀美术手工老师田萌萌

指导大家进行石头DIY创作。

“DIY手绘是一种简单的美术工艺,由挑选、清洁、晾晒、打底、填色、勾边、抛光几道工序组成。”田萌萌提醒大家,“在挑选石头时,初学者应选择比较平面的石头,不应太过于立体,而且体积也要注意适当,否则在后期的手绘过程中会造成很大的麻烦。”挑选好自己中意的石头后,要先在草稿上画出自己想要做的图案。

“DIY需要我们丰富的想像力,你可以给石头进行任意颜色的打底。打底时,要注

意颜色的均匀度。如果太过浓稠可以用笔尖蘸水进行调匀。”田萌萌说,“打底往往不能只打一层,刷完第一层颜色后,花5分钟时间晾干,也可以用吹风机等快速吹干。”

在田萌萌的细心指导和鼓励下,各色各样的石头上,都留下了创意无限的图案和卡通人物。“虽然大家已经完成了作品,但我们还需要等待5分钟让颜料完全干透,再进行最关键的一步——抛光,抛光时可以用抛光剂也可用指甲油代替。”

更多内容请关注生活学会微信(微信号:shenghuoxuehui)。

《妈妈大学》第79期导读

由宁波市妈妈大学公益俱乐部出品的公益品牌《妈妈大学》微刊第79期精彩上线。您可以通过添加妈妈大学微信(微信号:youxi-umama)回复“微刊”的方式阅读精彩内容。

封面人物 本期封面亮相的是妈妈金秀丽和宝贝冯嘉壕。封面人物由西瓜庄园儿童摄影(中山东路724号)拍摄。

公益活动 9月22日,妈妈大学公益俱乐部官方微信特别推出“小小故事电台”第11期安全童伴特辑。本期故事会特邀大雁姐姐为孩子们带来安全故事《小白兔》。

公益课堂 少儿舞蹈俱乐部的汤老师带大家跳现代舞《泡沫》。

记者 孙肖 实习生 洪干接

妈妈厨房第5期视频上线 教您在家烘焙戚风蛋糕

商报讯(记者 孙肖 实习生 叶文婷 张晨雯)由东南商报“生活学会”和三江购物联合推出的“妈妈厨房”第5期视频温馨上线。本期,“妈妈厨房”特邀烘焙达人徐炯飞,为大家带来适合家庭烘焙的西点——戚风蛋糕。

“戚风蛋糕的魅力在于它口感绵软,是家庭烘焙中比较方便、新手容易学习的一款西点。”徐炯飞介绍,正因为它的口感要求较高,所以在制作过程中有许多技巧要注意。想学习这款戚风蛋糕的朋友,可以扫一扫二维码,收看这期视频。

材料准备:低筋面粉45克,全脂奶粉、泡打粉1克,白砂糖30克,盐,鸡蛋2只,全脂牛奶30克,无味色拉油30克,柠檬汁(白醋也可)。

器材准备:电动打蛋器、电子秤、蛋清分离器、刻度勺子、面粉筛、硅胶拌铲、蛋糕模具(6寸)、不锈钢深盆。

注意事项:

- 1.放蛋清的盆不能有水和蛋黄,保持干燥;
- 2.蛋黄和蛋清分开装,蛋黄中加一小撮盐,蛋清中挤入少量柠檬汁。打鸡蛋时一个

一个打,一个一个分离;

3.检验蛋糕是否烤好,可以用一根牙签插入,如果拔出后没有沾着粉状物体即可拿出烤箱。如果还有可以适量增加时间,但不能频繁开启关闭烤箱。



如何正确处理婴儿排便问题



最近,不少家长在妈妈知道网(http://mama.87270000.com)上咨询关于宝宝大便的问题。有时候,宝宝的排便状况可以反映出健康状况,但许多家长发现了问题却不知道如何解决,或者不知道怎样是正常的。那么,让我们看看专家是如何答复的吧。

网友“笑羽星”:宝宝已经80天了,全母乳喂养,其他一切正常,但最近10天一直放臭屁,大便5天一次。这是上火了吗?要怎么办?

妈妈科学院“院士”、国家二级心理咨

咨询师何传领:大部分宝宝在成长过程中都会出现这样的情况,有的甚至一个星期或10来天才拉一次,其实这不必担心。因为这个时期孩子的消化系统暂时发育得还不是很完善,胃肠蠕动不足等会引起大便滞留。一般持续2-3个月左右。如果宝宝状态还好,平时吃喝不影响,就无需服药。

同时还有几点建议:如果3-5天宝宝自己会排大便一次,大便的性质不是很硬的话,可以无需处理。如果间隔时间在7天以上,家长比较担心的话,可以考虑切一小块条状(细细的圆柱形,约2厘米长)小儿香皂,然后放在水里打湿,轻轻塞进宝宝的肛门,用手堵一会儿,然后松开,即可促进排便;或者换成开塞露也可以(偶尔用几次没什么关系的,不建议长期使用,以免产生依赖性);还可每天给宝宝做腹部按摩,以肚脐为中心,顺时针按摩腹部(从宝宝左小

腹-右下腹-右上腹-左上腹-左下腹),每次3-5分钟,每天3次。可以促进胃肠蠕动,进而促进排便。

网友“朱勇瑜”:我家宝宝今天第23天了,是母乳喂养,但最近老是拉水,还经常放屁,放屁的时候也拉黄色水,是怎么回事?

妈妈科学院“院士”、宁波港务局职工医院副主任医师徐晓珍:母乳喂养,月子内大便次数多,有时每次换尿布都有大便,这种情况很常见,尤其是23天的宝宝胃肠功能还没有完全发育好,出现这种情况很正常,只要母亲身体健康、大便正常,宝宝吃奶好、哭声宏亮就不用处理。但秋天要注意保暖尤其是宝宝的腹部、肚脐眼,不能进风,防止秋泻。另外,建议家长每天给孩子做做抚触和捏脊(具体操作可以在百度视频里面搜),这样可以帮助宝宝增强肠胃的消化功能。

记者 戎美容 实习生 王悦宁



《宁波社区服务》第280期导读

由东南商报社区全媒体工作室出品的《宁波社区服务》微信今天推出第280期。您可以关注公众微信“宁波社区服务”(微信号ningbo81890)获得更多资讯。

封面人物 为您介绍的是海曙区望春街道泰安社区便民服务中心主任周小玲。

社区新闻 为您介绍的是海曙区月湖街道天一社区社会主义核心价值观微演讲活动。

记者 戎美容 实习生 吴东霖

