

离嘴10厘米喂饭吃得香，斜45度抱娃能止哭……

这些红遍网络的育儿经，管用吗？

很多新升级的辣妈们，都会七嘴八舌地传授一些育儿经。有的是亲身实践过的，有的是网上热传的，听起来都特别神奇。

近日，记者挑选了网上广为流传的纸巾轻抚一分钟入睡法、45度倾斜抱娃止哭闹法、10厘米喂饭法，来进行实验。最后，综合实验结果以及数位读者的反馈发现，第一个方法作用似乎不大，后两个相对有效。

实验 1

斜45度抱娃止哭闹？

■实验对象：19天

哭，是小婴儿表达感情和需求的主要方式。妈妈刘女士说，饿了、便便了，或者不小心自己挠到了脸，小红枣都会哭。“有时候，我一碰她，她就不哭了，但是一放下、一离开，她又开始哭，不好哄。”

■实验过程

1月14日下午，记者来到小红枣家中。守了一段时间，小红枣开始哭闹了。

当刘女士的手碰到她背部时，哭声稍微缓和了一下，但没两秒又张大嘴巴哭了起来。刘女士按照网上的教程，把小红枣的双手固定在身前，同时托住小屁屁，身体45度前倾，抱了起来，这时，小红枣立马止住了哭泣，睁大了双眼。两分钟后，刘女士把小红枣放回婴儿床，小宝贝依旧保持镇定，没有因为离开妈妈的怀抱而哭泣。

1月19日，记者顺便也给刚满3个月的小夕夕做了这个实验，发现同样有用。

■实验结果：有用



喂到嘴边，宝宝不肯张嘴



勺子离嘴有一段距离，宝宝反而主动张嘴

实验 2

喂饭离嘴10厘米，宝宝吃得更香？

■实验对象：2岁7个月

一直以来，李女士为孩子吃饭操碎了心，琪琪已经2岁多了，但吃饭的习惯一直没养好。

具体有多闹心呢？比如冲了一瓶150毫升的奶，夫妻俩花1个小时都只能哄琪琪喝掉半瓶，还得分两次喝，第一次没喝完就冷了，加热后第二次再喝，还是没喝完又冷了。吃正餐的时候，一顿饭也得要一个多小时，但也只能喂掉小半碗。

■实验过程

1月15日早上，记者见证了琪琪的一顿早饭。这一天，李女士准备了牛奶、鸡蛋羹和豆沙包。一开始吃，琪琪就对鸡蛋羹表现出了明显的抗拒，李女士舀了一勺送到她嘴边，结果小家伙就是不张嘴，反而抓起了豆沙包，但啃了两口之后，又放到

了一边，用手指戳着玩，并说起话来。

李女士又舀了勺鸡蛋羹，放在她面前10厘米左右，哄道：“这个鸡蛋羹谁要吃呀？我们看看谁能抢到它！”结果琪琪立刻凑上来，啊呜一口吞进了嘴里。接着，李女士又舀了一勺牛奶，同样离了一定距离，琪琪又凑了上来。几次之后，琪琪还主动端起了牛奶杯，说要自己喝。这次早饭，吃了10分钟左右，比以往省时一半。

1月16日晚，李女士再次进行了喂饭实验。这次吃的是南瓜和蛋糕，琪琪已经吃腻了南瓜，不爱吃。一开始喂时，南瓜送到嘴边，和预料的一样，她扭过头，明确表示不吃。换成甜甜的蛋糕，还是不吃。结果当勺子和嘴巴的距离拉远了，她反而自己凑上来，一口吞进了嘴巴。

■实验结果：有用

实验 3

纸巾抚脸，一分钟入睡？

■实验对象：3个月

郝女士说，为了哄娃睡觉，他们没少折腾，现在最稳定、有效的方法就是边喂奶边哄。但是，很多人说，奶睡并不是个好习惯，所以，万不得已的时候他们才会放这个大招。

■实验过程

1月19日晚9点，记者来到郝女士家。已经不早了，然而小夕夕眨巴着大眼睛，丝毫没有要睡的意思。爸爸夏先生按照视频所说的方法，用纸巾

做起实验。

纸巾刚放到小夕夕面前，她就扭头；纸巾抚过三次后，她挥动小手，踮着脚，好像在说“拿开，拿开！”夏先生还在坚持，半分钟后，小夕夕哼唧了起来，左右不停转着脸，想躲开；爸爸没有放弃，女儿脸转到哪儿，纸巾就跟到了哪儿，但小夕夕明显不买账，1分钟后，非但没有睡着，还变得很急躁。让小夕夕休息了一会儿后，又重复了几次，结果还是如此。

■实验结果：无效

■专家建议

网传经验可参考 平时也要多观察

综合记者做的实验，以及多名网友反馈的结果，可以发现，“纸巾轻抚一分钟入睡法”作用不大，“45度抱娃法”和“10厘米喂饭法”，对很多宝宝都有效。那么，这其中的秘诀是什么呢？造成实验结果不同的原因又是什么呢？

江苏省妇女儿童保健科主任胡幼芳说，这些网传的方法可以说都是家长自己总结出来的经验，具有一定的针对性和偶然性，要说科学原理还真不好说，好不好用，也因宝宝而异，总的来说，还是需要家长自己细心观察宝宝。

关于哭闹

可能是宝宝觉得饿了、冷了、不舒服了、寂寞了求抱抱，在分析解决掉这些因素后，家长可以自己摸索孩子喜欢的抱姿。“哭是宝宝跟外界交流的方式，是在表达他（她）的需求。”胡幼芳说。

关于哄睡

在哄宝宝睡觉的时候，尽量要创造一个安静舒适、利于睡眠的环境，穿的衣服要适量，不能过热也不能着凉，宽松便于活动手脚，也可以调暗室内的光线。

关于喂饭

从1岁之后，就应该逐步训练宝宝，自己用手拿勺子吃饭，培养他（她）的独立行动力，有助于手眼协调和智力发展。如果一直是大人喂饭，孩子长大一点后，可能会出现注意力不集中等情况，到那时再纠正就比较困难了。

据《现代快报》



超大规模家装 / 建材 / 软饰 / 家具 / 厨电 1站式装修盛会

春季家装第一展

存1万抵2万，百万特惠闹猴年

2月20日 [周六]

凯洲大酒店

四楼嘉洲厅

报名电话：87371699 / 87371629

新年钜献

百万元装修礼金红包，
在1月20日。

砸金蛋赢免单

下定即砸金蛋，
参与砸金蛋赢免单大礼。

联购返现金

现场交定金2个以上，
即可当场返现金，最高2000元。

新春送福利

新春装修联合送好礼，
5000元材料礼包或现金红包。

云集大牌

家装建材商家联盟，
开年大促“惊爆”价。

到场就有礼

凡到场即送精美礼品，
还可以领取一份装修礼包。

章章有礼

现场收集品牌纪念章，
集满5枚送实物大礼一份。

