

最新保健讲座总结报告 儿童保健知识讲座活动总结(实用5篇)

报告，汉语词语，公文的一种格式，是指对上级有所陈请或汇报时所作的口头或书面的陈述。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

保健讲座总结报告篇一

我镇儿保工作在卫生局及市儿保中心的领导下，在各村儿保专干及我本人的努力下，在广大父母的积极配合下，完成了固定的全年的儿保工作计划，现将完成工作汇报如下：

我镇合并后有七个村，0—6岁儿童常住人口为966，其中0岁组男孩为83人，女孩为84人；1岁组男孩为59人，女孩为74人；2岁组男孩为48人，女孩为55人；3岁组男孩为93人，女孩为62人；4岁组男孩为66人，女孩为62人；5岁组男孩为66人，女孩为75人；6岁组男孩为69人，女孩为70人。

一、对新生儿按常规进行登记建册，建册率达100%（户口不在除外），同时对儿童进行保健保偿，使全镇儿童保健保偿率达90%以上。

二、对全镇0—6岁儿童进行定期体格检查，对不满1周岁的儿童体检3次，分别在3月、6月、12月各检1次，1周岁到不满3周岁的儿童每半年体检1次，3周岁到不满7岁的儿童每年体检1次，并有评价，系统管理率达85%以上，对体检出的各种疾病及时建册，专案管理。

三、建立异常儿、佝偻病、缺铁性贫血、营养不良、单纯性肥胖等疾病的专案管理，诊断正确率达85%，疾病矫治率达90%。

四、利用讲课、板报以及口头形式大力宣传母乳喂养的好处。并指导家长按时添加营养丰富的食物，加强儿童的饮食管理，还将母乳喂养、计划免疫，生长发育监测、口服补液盐治疗腹泻，儿童听力、眼、口腔保健，小儿常见病的预防及儿童意外事故的预防与处理等知识传授给家长，并实行家庭卫生保健，让社会和广大家长都来重视儿保工作。

五、认真执行三项报告制度，每月到派出所、计生委核对抄录新生儿出生登记，发现儿童死亡认真填写儿童死亡报告卡，死亡登记册，并及时上报。

六、按要求认真填写各种表、卡、册等，如体检登记簿、迁入迁出登记本、花名册等。

七、健全组织，对村儿保大夫定期培训，例会12次并不定时下乡指导，不断提高业务水平，并进行4次考试，考卷装订成册，装入档案，不及格者予以补考。

八、不断提高围产期和新生儿的保健质量，所有的村都能按常规开展系统，对新生儿访视都达3次以上，并登记完整，管理人数达出生人数的95%以上。

九、搞好原始资料的搜集、整理、分析工作，按统计报表要求，有完整的登记统计制度，掌握全乡出生、死亡、儿童系统管理、传染病等发生情况，资料齐全，完整正确，及时上报。

十、积极参加上级组织的培训，努力学习，配合市儿保中心，使仙人洞儿保工作能再上一个台阶，工作中严格要求自己，处处为儿保工作服务。但我也有许多不足之处，望领导和广大家长予以监督，促使我成为一名更加优秀的儿保工作者，更好地为儿保工作服务。

文档为doc格式

保健讲座总结报告篇二

20xx年是我院继续加强基础建设和完成主业转型的重要一年，在院领导的直接领导和部署下，我院坚持有所为，有所不为的原则，成功的完成了由接待会议为主向以医疗为主的转型，本着“一切以病人为中心，一切为病人”的服务宗旨，配合院领导的意图和安排，我们康复理疗科的全体医务人员较好的完成了院领导布置的各项医疗、体检和省级干部接待工作，现将工作情况总结如下：

一、以行动促发展，做政治敏感的明白人

今年年初，我们科的同志也都能够服从院党委的安排适时地参加到这次保持共产党员先进性的教育活动中，并对今后疗养院的建设希望和提出宝贵的意见。工作中以高标准要求自己，树立良好的形象，全心全意为广大病员服务。

二、从严要求自己，做遵章守纪的老实人

严格执行规章制度是提高医护质量，确保安全医疗的根本保证。

1、今年我科再次重申了各级医护人员职责，明确了各类岗位责任制和医疗工作制度，如病人首诊制，病人第一时间入院，当班医生就要首先对病人进行检查和处理，责任护士、巡回护士各尽其职，杜绝了病人自换吊瓶，自拔吊针的不良现象。

2、坚持了查对制度：

(1) 要求医嘱班班查对，每周护士长参加总核对x次，并有记录；

(2) 护理操作时要求三查七对；

(3) 坚持填写输液卡，一年来从未发生大的医疗差错。

3、认真落实内科医疗护理常规，坚持填写了各种信息数据登记本，配备了急救操作处置盘。

4、坚持每日交接班制度及晨间医生查房、医疗护理，使病人能够及时得到诊断和治疗，预防了并发症的发生。

三、加强医护人员医德医风建设，做广大病员的贴心人

1、积极落实医疗行为规范十不准，在日常工作中落实文明用语，注意搞好医患关系。

2、积极开展健康教育，对住院病人进行满意度调查，并对满意度调查中存在的问题提出了整改措施。

3、科室不定期召开工休座谈会，征求病人意见，对病人提出的要求给予最大程度的满足。

四、提高医护人员业务素质，做医疗战线的能人

1、要求在职人员进行自我充电，加强业务学习，提高业务水平，并做好学习笔记。

2、与计算机管理相关人员交流，尽快使医务人员都能够熟悉计算机的操作。积极参加院内、院外的内科，康复科和护理知识的学习，提高专业知识水平。

3、加强了危重病人的护理，坚持了交接班制度和特殊病人的病情交流。

4、坚持了医疗业务查房：由院领导和上级医生定期到病区进行了医疗和护理业务查房，对医疗诊断、治疗措施进行探讨，以达到提高业务素质的目的。

5、今年我科所有医务人员都参加了《重点传染病防治知识》和《传染病防控与突发公共事件的应对》的全员培训，并取得了合格证，拿到了学分。

五、加强院内感染管理，杜绝院内交叉感染，做工作认真的细心人

1、科室坚持了每月对治疗室、换药室进行紫外线消毒，并记录，加强了对紫外线灯管用无水酒精进行除尘处理，并记录，适时对紫外线强度进行监测。

2、一次性用品使用后能及时毁形，浸泡，集中处理，并对各种消毒液浓度定期测试检查，坚持晨间护理。

3、病区治疗室、换药室均能坚持消毒液拖地每日一次，病房内定期用消毒液拖地。

4、严格按照操作规程办事，将院内交叉感染杜绝在产生之前。

六、高标准要求自己，热心服务，做服务周到的热心人

1、坚持了以病人为中心，以质量为核心，为病人提供优质服务的宗旨，深入开展了以病人为中心的健康教育，通过医护人员的言传身教，让病人熟悉掌握疾病防治，康复及相关的医疗，护理及自我保健等知识。

2、进入七、八月份的疗养旺季，病区医护人员除了向病人讲授疾病的防治及康复知识外，还深入病房与病人谈心。

3、病房x月份除完成好住院病人治疗外还很好地完成了院里的体检任务。另外，科室医护人员还为危重病人提供了全程服务，包括护送病人去拍片，做b超、心电图，陪病人办入院手续，使病员得到了周到的服务。

4、干部病房部门今年x月份完成收入x元（尚不包括没有收到的人事厅、干部招待所以及本院的体检费用），在住院床位减少三分之一的情况下，收入并没有明显减少（去年完成x元），综合理疗部门x月份完成理疗收入x元，针灸x人次□x元），乳腺彩超收入x元（已收到x元），我科医生领导的要求，通过了相关领导人员的验收。并且在科室同志的共同努力下很好地完成了院里布置的省级干部接待工作，取得了一定的经济效益，但更主要的是取得了政治效益，为我们今后接待省级干部积累了丰富的经验。

2、每周x都能够自觉地打扫环境卫生。

3、院里安排的各种劳动都能够积极参加，如：春秋季节大扫除以及为病房改造而搬运房间物品等全院性的劳动。

八、立足疗养院实际，树立节约意识，做勤俭持家的节约人

1、年初，省级干部病房的建设初期，在购置窗帘的过程中，为了节约资金我们科室的马旭红、阿斯亚和米娜娃等同志先后4次跑市场，购得了价廉物美的窗帘，为院里节约资金数千元。

2、进入x月份后，有于众所周知的原因，疗养院的经费出现了一定的困难，本着勤俭持家的原则，我们科遵照院里的指示关闭了病房，人员也被打散分配到了各个科室，我们科全体工作人员都毫无怨言地接受了个自新岗位的工作。

九、存在问题

1、病房管理尚不尽如人意。

2、个别医务人员无菌观念还需要加强。

3、由于护理人员较少，基础护理不到位，如一级护理病人未

能得到一级护理的服务。

4、护理人员年龄偏大，科室人员不足。

5、理疗设备老化，目前所使用的理疗仪器大多是80年代购置的，属老爷级别的设备，处于报废阶段，急需更新（报告已打了很多次）。

十、展望未来

我院领导也适时提出了“今年抓质量，明年抓病人”的工作思路，为此，从现在开始，针对工作中存在的问题要切实提出整改措施，完善自身素质，从身边做起，不断提高业务水平，为明年迎来我院的新篇章做好准备。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

保健讲座总结报告篇三

健康是人生的第一财富，健康长寿是人类追求的生活目标，而值得重视的是目前我国高血压患者达1.6亿，糖尿病患者达4000万人，血脂异常者1.6亿，超重及肥胖人群达2亿多人，这

是导致心脑血管病高发的主要原因。一个人能否健康长寿，其中不可控因素遗传基因约占25%，社会和环境因素及医疗条件占15%，而可控因素不良生活方式等占60%。所以，许多人不是死亡于疾病，而是死亡于不健康的生活方式。健康的钥匙掌握在每个人自己手中，要求我们要做到合理膳食、适当运动、戒烟限酒、心理平衡、科学养生。从而提高人们的生命质量，达到延长生命、健康长寿的目的。

一、顺应自然，合理膳食

每个人的饮食习惯不同，要顺其自然，粗细荤素都要吃，提倡每日饮食种类多样化，营养要全面、均衡。限制食盐摄入量，增加蔬菜、水果、乳制品、豆制品。每天吃较多水果和蔬菜的人心脑血管病相对危险度减低，而脂肪和胆固醇的过多摄入可加速动脉硬化，易导致心脑血管病的发生。食盐量过多可使血压升高并促进动脉硬化形成。《黄帝内经》里讲：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充。”五谷指五谷杂粮是养命的，五果指水果是帮助消化的，五畜指肉类是起补益作用的，五菜指的是各式各样的蔬菜是起补充作用的。这是我们祖先总结的饮食结构经验。每个人可根据自己不同的体质来调节。随着年龄的增大过了中年以后，在饮食结构上更要注意，是好吃八分饱。

二、适当运动，动静结合，控制体重

适当的体育活动可以改善心脏功能，增加脑血流量，改善微循环，可降低升高的血压，控制血糖水平、血脂和降低体重，从而起到防治心脑血管病的作用。建议每周至少进行3-4次的有氧运动，每次活动时间不少于30分钟，根据每人具体情况来选择如快走、慢跑、太极拳、游泳、健身操等有氧运动，运动时间最好在上午太阳出来后或下午为好，因为清晨时段是心血管疾病的高发时段，中老年人尤其是心血管疾病患者更要慎重对待晨练。运动固然重要，不过一旦出现下述情况，如出现严重呼吸费力，前胸压迫感，有明显心慌、头昏眼花、

面色苍白等现象，应立即停止运动，必要时应尽快就医。理想体重约为身高（厘米）减去105，体重波动范围在理想体重的正负10%以内。

生命在于运动，长寿在于宁静，宁静是指心平气和、内心宁静，保持体内环境的协调平衡。通过宁静降低人体生命活动能量消耗，使生命进入一个最佳的运转状态，动静结合，从而达到延长生命，健康长寿。

三、戒烟限酒，注意饮酒与药物作用反应

吸烟是心脑血管病危险因素。吸烟可损伤血管内皮细胞，引起血管痉挛，加速动脉硬化，促使血小板聚集，促进血栓形成及心律失常等。因此，要鼓励吸烟者戒烟。长期大量酗酒导致心脑血管病发病率增加，包括升高血压，导致高凝状态，心律失常，降低脑血流量等。所以建议饮酒时一定要适度，每日饮白酒不超过50毫升（即一两，乙醇含量小于30克），啤酒不超过640毫升，葡萄酒不超过200毫升，女性减半。

这里需要提醒大家：在注射或口服头孢类抗生素，降压降糖类药，治疗心血管的硝酸酯类药（如硝酸甘油、消心痛、欣康等），甲硝唑、氯霉素、痢特灵等药物期间应禁止饮酒。避免由酒精影响肝脏对药物的代谢，从而防止出现恶心呕吐，心率加快，面部潮红，甚至发生过敏性休克等危及生命的不良反应。

四、心理平衡，保持良好的心态

自觉保持永远快乐的心境，是一门健康的科学，又是一门生活艺术。世卫组织对心理健康提出的建议是：“了解自己，悦纳自己；接受他人，善待他人；正视现实，接受现实；热爱生活，乐于生活。”喜怒忧思悲恐惊是每个人都有的，但是一定要记住不可过度，过度就会伤害身体。一个人的心态一旦失去平衡，势必引发神经体液系统功能发生紊乱，免疫

功能下降，从而为疾病的发生带来可乘之机，甚至引起猝死。做好心理平衡，保持良好的心态是健康长寿最重要的一条。

五、介绍几种保健养生按摩供大家参考

（一）熨目擦面：两手搓热熨摩双目，可做三五次，然后两拇指根从眼角经鬓角发际轻轻推至耳后，顺手搓双耳三五次。擦面：双手从下向上贴面擦搓，至发际时，十指弯曲，经头顶梳至后脑，再变掌擦颈，回到下颏，如此三五次，可焕发精神，头目清明感。

（二）按摩手：先双手稍用力搓热手掌，然后用右手掌心搓左手背至热，左手掌心搓右手背至热。按揉指节：用右手拇、食二指按揉左手各指节，按拇指、食指、中指、无名指和小指的顺序，从前后和内外侧分别按揉各指节18-36次，然后换手进行。拍击双掌：取站或坐式，双手在胸前合掌，然后双手掌心在腹前拍击若干下，之后再合掌。

（三）腹部按摩：科学摩腹，增强胃肠之功能，回阳固精，从而祛病强身。摩腹宜在临睡前及晨起时进行，先排空大小便，站立或仰卧均可，须精神集中，意守丹田（位于肚脐下4横指处）。将左手放在右手背上，以胃脘部为中心，作顺时针方向由内向外揉摩全腹100次，逆时针方向100次。而后用手指在气海穴（脐下2横指处），关元穴（脐下4横指处）按摩99次。

（四）腿部和足底按摩：重点介绍足三里穴和涌泉穴，按摩足三里和涌泉穴达到调理脾胃、补中益气、通经活络、祛邪扶正、消除疲劳，强身健体的作用。足三里穴又称它是一个养生长寿之穴，位于小腿前外侧，膝眼直下4横指处。涌泉穴自古就有临睡前搓脚心百次可延年益寿的说法，此穴位于足底部，蜷足时足前部凹陷处。

养生保健方法很多，但要因人而异，生活中不能照搬。最后

需要提醒大家，有病要及时到正规医院就诊，以免造成不必要的伤害。

保健讲座总结报告篇四

近年来居民健康意识增强，望月湖街道湖中社区倡导全民健康的理念，全力打造健康社区。

二、活动目的

为有效解决长者就医难问题，针对老年人提供更多切合需求的服务，解决其遇到的骨病问题，切实做好家门口“养老+医疗”一站式养老服务中心的基础功能。望月湖街道湖中社区携手长沙年轮骨科医院共同开展“依医相伴，关爱老年人”公益健康讲座活动。

三、活动主题

依医相伴，关爱老年人

四、活动主办方

湖中社区居委会、长沙年轮骨科医院

五、活动时间

20xx年7月18日上午9：30--11：30

六、活动地址

湖中社区二楼

七、参与人群

辖区居民40人左右

八、准备阶段

1. 与长沙年轮骨科医院联系，确定时间、地点、明确需求、审批方案
2. 提前用微信发布活动信息，进行线上线下的渠道宣传
3. 配备物料、宣传资料、抽奖礼品

九、活动环节

十、注意事项

1. 注意活动中的物料使用，以防刮伤；
2. 现场秩序维护，以防哄抢、踩踏事件的发生。

保健讲座总结报告篇五

（一）28天以内的新生儿

- 1、保温。孩子从温暖的子宫突然来到没有保护的外部世界，需要一定的保暖工作才能适应。
- 2、皮肤清洁工作。给孩子洗澡时，要注意脐带的护理，否则很容易出现麻烦。提问时一个同事就谈到，他的女儿生下来洗澡的时候忘记了脐带的事，直接放到水里了，后来虽然进行了补救工作，后来也顺利脱落了，但到现在为止小肚脐都是黑的，虽然不影响健康，但很难看，医生说可能是淤血所致，如果长大也不能吸收的话，可能终生都会这样。
- 3、母乳喂养。

- 4、母婴之间的情感交流。多拥抱、抚摸孩子，多跟孩子说话。
(二) 1岁之内的婴儿期

这一时期是孩子生长的高峰期，另一个高峰期是青春期。

1、提倡母乳喂养，至少喂养4个月，最好能吃到一周岁。

2、户外活动很重要，要多给孩子晒太阳，晒背部和后脑勺。但要避免强光照射。

3、母婴交流。

4、定期体检，关注孩子的“身高/体重”比例，高矮胖瘦不要紧，但比例要对，医生会给判断的。

5、防止营养不良和营养过剩。

6、六个月是生理性贫血的易发期，为了防止生理性贫血，可以从4个月添加辅食的时候起给孩子添加蛋黄。此外，6个月孩子从母体中带来的抗体减少，容易感冒生病，要注意护理。

这一时期孩子生长发育减慢，语言、运动能力快速发展。

1、多跟孩子语言交流，通过给孩子讲故事、唱歌等行为刺激孩子的语言发展。

2、帮孩子养成良好的睡眠习惯，俗话说，三岁看老，这一时期睡的过晚的孩子，长大后也很难有良好的睡眠习惯，一旦面临较大的工作压力，就可能睡眠不足。

3、给孩子独立做事的机会。

4、防止意外伤害。

5、6个月体检一次。

（四）6岁前的学前期

1、帮孩子养成良好的行为习惯，重视道德品质的引导。这是比知识学习更重要的领域。不要盲目给孩子的知识学习加压，国外研究表明，早期给孩子上太多的知识早教班，可能会在小学的一二年级显示出一定的优势，但到了三年级，上过和没上过早教班的孩子就差别不大了，甚至那些没上过早教班的孩子由于获得了更自由的发展机会，后劲更足。

2、防止意外伤害和传染病、过敏性疾病。

3、每年1-2次体检。

（五）青春期前的学龄期（小学）

预防近视和龋齿。给孩子看电脑每次不能超过20分钟。监测孩子的视力，一般从6岁左右可以查视力（4岁左右能看懂视力表的孩子也可以查视力），之前由于孩子的视力尚未发育好，查出来不是很准，即使是近视，一般也是假性近视。

二、关于疫苗接种

1、除了国家计划内接种的疫苗外，在经济条件允许的情况下，水痘、流感嗜血杆菌疫苗、甲肝、乙肝这几种疫苗最好给孩子注射，这些疫苗已经比较成熟。肺炎、流感疫苗尚不稳定，可以根据孩子的免疫力情况选择打或不打。

2、国产的疫苗肯定过关的，不要听信对进口疫苗的推销，那里面有商业利益。国家不会把不合格的国产疫苗给孩子注射的。

3、免疫接种后会有各种反应，其中发烧反应一般不会超

过38.5度，持续1-2天，如果不是这种情况，要提防生病引起的发烧。其他昏厥之类的异常反应一般会当场发生，医生会紧急处理的。

三、小儿疾病护理

（一）常见儿童疾病

- 1、秋季腹泻。经由呼吸道传播，易群发，但家长不要过分恐慌。
- 2、哮喘。要注意鉴别是过敏性的还是其他的。不要滥用药。
- 3、夏季贪食冷饮的孩子容易发生腹泻，要注意。
- 4、冬季是流感高发的季节，因为病毒怕热不怕冷。
- 5、冬季孩子容易发生口角裂（烂嘴角），可以用甘油混合金霉素给孩子涂抹，金霉素是中性的，不会伤皮肤，孩子即使舔舐了也不要紧。
- 6、手足口病容易传染，要注意增强孩子的抵抗力。

（二）如何判断孩子生病了？

- 1、四个观察点：精神状态；饮食；大便小便；睡眠。
- 2、一旦发现病兆，要即使监测孩子的体温，用体温计量，这是医生判断病情的重要指标。

（三）病儿的用药选择

- 1、尽量用口服药，不要轻易输液
- 2、外用药一定要看说明，儿童可用的才能给孩子用，成人药

不要给孩子用。

3、不推荐用灌肠法退热，对白细胞有损伤。

4、可以适当给孩子用雾化吸入的办法治疗。

5、孩子的用药剂量是用体重折算的，不要轻易自行加减。

四、合理使用抗生素

1、抗生素进队细菌感染时有效，但孩子的病大多数是病毒感染所致，要让医生做个专业的判断再决定是否用抗生素。就感冒而言，一般来说，精神状态较好的话，一般是病毒性的，反之是细菌性的。孩子的喉咙如果红肿，一般是细菌性的，有滤泡则一般是病毒性的。医生能根据经验做出判断。

2、一种抗生素能解决的病情就不要用两种。

3、能用普通的抗生素就用普通的抗生素。

4、不要自行加减抗生素的用量，医生的推荐用量是根据孩子的体重来的，加量也不会吸收，还会增加肝肾负担，减量则由于血浓度达不到而难以发挥作用，前功尽弃甚至加重病情。

5、过敏性疾病也不能用抗生素。

6、抗生素不能随便外用，否则容易引起过敏反应，甚至形成终身性的红斑。

7、抗生素要严格按时用药，比如，六个小时一次就要严格六个小时一次，半夜起来也要喂。

五、常见用药误区

1、乱用抗生素

2、乱用退热药。

3、日夜百服宁和泰诺自行使用的问题不大，但克感敏、安乃近、布洛芬之类（美林）的’不要乱用，对白细胞有伤害。

3、中成药一般是复方制剂，加了西药成分的，有退热功能的都不是纯中成药，中药的口服液相对安全，如双黄连口服液、蒲地蓝口服液。

4、有感冒症状时可以适当吃点抗病毒药物，但要减量，比如一天两次。

5、腹泻时禁忌乱用止泻药，因为感染性和非感染性的腹泻治疗的方式很不相同。如果孩子的大便淡黄色、比较稀、呈蛋花状，一般是消化不良引起的，可以用一点思密达。如果大便很黏，上面有鼻涕状的粘液甚至隐血，孩子也腹痛，千万不能用止泻药，这样的大便，拉出来反而更好。

6、咳嗽时禁止乱用止咳药。咳嗽类的药物，止咳类和化痰类的使用有讲究。过敏性的咳嗽、或者痰比较清晰的咳嗽，可以适当止咳，但痰比较浓，咳不出来的时候，就不能用止咳药，否则痰被压下去后容易引起肺炎。

7、乱给孩子用成人药，成人药和儿童药去杂质的要求不一样，容易损伤孩子的肝肾功能。

8、沙星类的药物对孩子生长发育有影响，对肝肾、骨骼都有损伤。

9、庆大、链霉素对孩子来说毒性很大，勿用。

10、复方阿司匹林也不要给孩子用。

11、不要用果汁、糖水、牛奶、茶水给孩子服药，否则容易

让药物提前分解，但过后可以给孩子喝糖水。

六、孩子的饮食常识

- 1、白开水是最好的饮料，用自来水烧开的白开水最好。
- 2、不要给孩子吃太多冷饮，对胃肠道不好。
- 3、不要轻易给孩子喝易拉罐的饮料，因为易拉罐是铝做的，容易损伤孩子大脑，引起智力下降、行为异常，甚至影响骨骼发育。
- 4、蒸馏水和矿泉水不利于孩子健康。
- 5、彩色汽水不要给孩子喝，色素太多。
- 6、膨化食品谨慎给孩子提供，这属于高盐、高味精食品，吃的多了，成年后孩子容易发生心血管类的疾病。
- 7、不给孩子吃营养补品，含激素，容易让孩子早发育。
- 8、谨慎给孩子吃果冻，容易影响脂肪、蛋白质和微量元素的吸收。
- 9、谨慎给孩子喝可乐、咖啡、茶，影响微量元素的吸收
- 10、养乐多等乳酸饮料谨慎给孩子提供，含糖量太高。

七、小儿护理常见问题

（一）过敏体质孩子如何护理？

- 1、掌握孩子过敏的规律，过敏季节前一个月开始服抗过敏药预防，吃三个月。现在的抗过敏药，如开瑞坦等，还是相对安全的。

2、皮肤过敏比呼吸道过敏更不容易治疗，一定要当心，不要听之任之，经常发作的话，孩子机体致敏反应更加高，严重时会导致致命的。

3、有过敏反应的孩子，可以做个过敏源测试，尽量避免。但脱敏疗法不推荐，作用不大，而且只能对螨虫脱敏。

4、有的过敏性疾病会在青春期后好转。过敏性疾病发的越早越好。（二）如何看待补钙？

1、国外的孩子，两岁之内是不补钙的，因为他们的光照条件好、户外活动多、饮食以奶制品为主，但国内不一样，所以3岁以内还是有必要补钙的，但要适量，不缺就不补，一般来说，如果每天能保证400-500毫升的奶量，就不用补了。补钙过量也会影响其他微量元素的吸收。

2、可以给孩子服用鱼肝油，可以一直吃，但不要天天吃，隔天或隔三差五的吃就可以了。

3、奶粉最好一直喝，终生饮奶最好。

（三）贫血要不要补充铁剂

1、贫血的测查很关键，如果是感冒的时候测出来贫血，就不准。

2、轻度贫血不主张补铁剂，可以食疗，如果食疗了三个月还不见好转，可以补铁剂1-2个月，严重的贫血要查有没有其他疾病，原发性疾病治疗要和补铁同时进行。