

## 育儿嫂：宝宝首次添加辅食的症状

产品名称	育儿嫂：宝宝首次添加辅食的症状
公司名称	北京爱心宝贝家政服务有限责任公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	北京市朝阳区西大望路59号院2号楼501室
联系电话	01087697560 13521520521

### 产品详情

家长们应该都知道，在**宝宝**4-6个月的时候，就可以开始给**宝宝**添加**辅食**[|http://m.5cocoi.com](http://m.5cocoi.com)了。通常首次给宝宝添加**辅食**[|http://www.5cocoi.com](http://www.5cocoi.com)时，宝宝都会出现一些症状，这让新手爸妈们感到手足无措。今天**阿姨**[|http://www.aixinbaomu.com](http://www.aixinbaomu.com)出行MovingSitters的**育儿嫂**[|http://m.aixinbaomu.com](http://m.aixinbaomu.com)就来说下宝宝首次添加辅食的症状及应对方法，新手爸妈们快来看下吧。

#### 一、添加辅食后腹泻

辅食阶段的宝宝出现腹泻主要有这三个原因，可能是耐受不好，又或者是进食不当，还有可能是天气变化所致。

##### 1、耐受不好

宝宝初加辅食，可能会耐受不好导致腹泻，也就是对食物不适应。

应对：情况不严重的话，可以维持已经添加了的辅食和量观察3天，但是不要尝试新的食物。待恢复正常后再加量和加新食物，如果继续严重的话需要暂停辅食几天，过几天再试，若情况继续发生，需更换食物尝试。

## 2、进食不当

进食不当也会导致腹泻，比如吃太多，吃太快，辅食种类杂，辅食形状偏粗，给宝宝加了不适合的食物等。

应对：这种情况下应该关注宝宝的吃奶量，腹泻了不需要加大喂奶量。已经添加了辅食的宝宝，也无需完全停掉，维持米粉和菜泥的进食。

## 3、天气变化

天气变化，宝宝着凉也容易出现腹泻症状。

应对：适时增减衣物，预防着凉。

遇到宝宝持续腹泻不好，家长应该尽快将宝宝的大便标本置于塑料盒或保鲜膜内送到**医院**检查，及早发现原因找到有效治疗办法。

## 二、添加辅食后便秘

宝宝加了辅食后出现便秘状况，与肠道功能以及**饮食**习惯有较大的关系。

### 1、肠道功能影响

而**母乳**喂养

过程是营造以双歧杆菌为主的肠道菌群的途径，坚持**母乳**喂养！

### 2、饮食不当

母乳喂养时发生便秘的情况较少，添加辅食后，食物做得过于精细虽

然有利于进食以及**营养**吸收，但食物残渣减少了，纤维素也减少了，于是容易便秘。

但要注意，并不是将宝宝吃的辅食做得粗糙一些就好，过于粗糙容易导致腹泻。应根据宝宝长牙情况以及咀嚼能力掌握情况以及宝宝月龄等来决定辅食。

盲目给宝宝补钙，钙吸收不好也容易便秘。切记，正常喂养是不需要额外再补充钙的。

另外，宝宝不喜欢吃青菜的话，妈妈们也要想想办法让ta吃。

### 三、添加辅食后过敏

首先，4个月的宝宝开始加辅食还比较早；其次，给宝宝加辅食应该先添加**婴儿**营养米粉，鸡蛋不是第一辅食。

关于添加鸡蛋的问题，**医生**也有说过：

- 1、鸡蛋黄不是第一辅食，婴儿营养米粉才是；
- 2、满8个月后开始添加煮熟的鸡蛋黄（煮熟的鸡蛋黄最容易被消化吸收）；
- 3、一岁内不添加鸡蛋清；

应对：给孩子加辅食，担心过敏的话，应该做到以下几个方面：

- 1、观察宝宝对食物的态度。

如果宝宝一见到食物就躲，或者是刚开始接触这种食物正常，但很快出现抗拒，对某种事物的味道有所排斥，性状不接受等等，都应考虑可能对食物过敏或者食物不耐受。（比如，吃鸡蛋会躲，或吃鸡蛋会上吐下泻等。）

- 2、停止进食可疑过敏食物。

给宝宝加辅食，必须要一种一种慢慢加，每次加的新辅食都应该坚持至少三天，并且观察孩子对食物的接受情况。一般，急性过敏在24小时内出现，慢性过敏在3天内会出现，所以加一种新的食物应该观察3天。这样循序渐进添加食物，比较容易发现过敏原。

3、已经过敏了应该回避该食物至少3个月。

比如，如果出现吃鸡蛋过敏的现象，应该停掉鸡蛋以及含有鸡蛋的食物至少3个月，然后再慢慢尝试。家长无需担心停掉某种食物会对孩子的营养造成影响，其实只要保证奶量，在其他的辅食上再增加一些蔬菜、肉类等，基本上营养能得到满足。

以上就是**阿姨**

出行MovingSitters平台为您整理的有关宝宝首次添加辅食的症状的全部内容