



肚脐脏,用棉签轻轻擦洗即可
资料图片

小时候,大家应该都听过这样一句话:“肚脐连着内脏,不能抠,抠坏了肠子会烂掉。”长大后,不少人即使知道这话说得有些夸张,但对肚脐还是比较爱护,很少人会刻意去抠。究竟肚脐能不能抠,肚脐眼中的“泥”又是怎么回事呢?本期,就由乐山市市中区中医医院副主任医师余元和为大家聊聊肚脐那些事!

肚脐连着内脏不能洗不能抠? 专家表示: 肚脐清理有必要 婴儿护理要小心

肚脐类似疤痕 可以适当清理

有人说,肚脐连着内脏,抠破了肠子会“灌风”。

对此,余元和表示,肚脐眼在中医中被称为“神阙穴”。女性怀孕后,肚脐与脐带一起,把母亲的胎盘和胎儿的肝脏连接起来,为胎儿供应必需的养分,并排出代谢废物。但当胎儿出生后,脐带被结扎剪断,原本有血流的脐带便退化成肝圆韧带,其中的动静脉也会闭锁,藏进腹腔里。只有当人体患病,如肝硬化门静脉高压时,脐静脉才会重新开放。因此,简单来说,肚脐眼就相当于疤痕。

当然,也正因为肚脐曾经的“运输”

功能,肚脐上容易残留污垢。而这些污垢,其实就是皮肤脱落的细胞与汗液、灰尘等杂质形成的混合物,跟身体其他位置上搓出来的泥团没有区别,用蘸水的棉签轻轻擦干净就好。如果管不住自己的手,轻轻抠两下也没有太大问题,但手指一定要干净、动作要轻。

“虽然脐带的功能已经退化,但内脏的神经反射还存在,用力抠肚脐会对它造成刺激,引起消化系统的不适。”余元和表示,但如果肚脐已经破皮了,一定要注意消毒和清洁护理,防止发生皮肤感染而导致脐炎。另外,如果肚脐有红肿或异味,也需要考虑是感染,应及时就医。

减少感染风险 新生儿肚脐护理有讲究

对于新生儿而言,脐带残端是孩子的第一个开放伤口,一定要注意脐部护理。

“感染是新生儿脐部最常见的问题,感染的症状主要表现为红肿、渗液、触摸哭闹等。”余元和表示,这是因为脐带里有脐动脉和脐静脉,孩子出生后,虽然血流没有了但管腔结构还存在,这就为细菌的入侵提供了途径。因此,要减少感染的风险,一方面要规范脐部结扎,另一方面就是要加强脐部的护理。

保持干燥:脐部的干燥能让脐带残端萎缩、脱落得更快。因此,家长为孩子洗澡、换尿布时应特别注意,不要让尿布的上缘遮住脐带残端;

如果尿布过大或不合适,可以在尿布上肚脐对应的位置剪一个洞,这样能使脐带残端暴露在空气中,同时也可避免脐部被排泄物污染;给宝宝洗澡时,保持水面不要没过脐带残端;当然,海棉擦浴能更好地避免脐部被水潮湿;不要使用爽身粉等来保持脐带残端干燥,因为脐带伤口未愈合时,爽身粉等刺激可引起脐部慢性炎症而形成肉芽肿。

清水清洁:健康新生儿只需注意保持脐带清洁、干燥即可。如果脐部有渗出或污渍时,可用清水每天清洁一次。进行脐部护理前,一定要先洗净双手,避免宝宝脐带残端被污染。清洁护理后用清洁的棉签将脐部的水吸干。如无特殊情况,无需碘伏或酒精消毒。

清理工作不能停:婴儿脐带残端通常会在2周内脱落,如果未如期脱落,仍需每天清理一次宝宝的脐部,直至脐带残端萎缩脱落。

相关链接>>>

民间有一种说法:“肚脐深,装银钱,肚脐浅,装瓦片”,难道肚脐还有深浅好坏之说?

对此,余元和表示,肚脐是人体的天然“地标”,无论胖瘦,肚脐都像铆钉一样钉在腹肌的中线上。肌肉发达、腹部平坦的人,

肚脐可能会显得表浅;身材肥胖的人因为腹部有厚厚的脂肪,便可能形成一个深深的坑。至于肚脐突出的人,这主要是因为腹腔压力高而导致,通常孩子长大后自己就恢复了,与结扎好坏关系不大。

记者 戴余乐

创建国家卫生城市 健康知识

创卫知识问答

十九、垃圾入箱后,为
什么还要加盖密闭?

答:把垃圾装入垃圾箱后(桶)后,要立即加盖密闭。一是防止招蝇生蛆;二是防止风吹外飘、异味扩散。如垃圾箱(桶)敞着不盖,就属于暴露垃圾,给苍蝇取食和繁殖提供了场地。所有倒垃圾者,既然要掀盖倒入,更为保护环境卫生而把盖盖严。

二十、为什么要规范吐痰行为?

答:痰是人呼吸道黏膜分泌的粘液,其作用是湿润呼吸道、黏附人吸入空气中的灰尘、杂质和细菌。这种粘液咳出即为痰。如果到处乱吐就破坏了公共卫生,如咳嗽者患呼吸道传染病,其痰液上的细菌、病毒即可随痰干燥飘入空气传播疾病。现在人们生活环境的改善、街道的硬化早已容不得随地吐痰或随地乱吐口香糖了,乱吐行为就是不文明行为,就该加以规范,让咳嗽者吐入痰盂、吐入卫生纸内、吐于手帕之中,做到保护环境,尊重他人健康。

二十一、为什么说环境遭破坏,健康必受害?

答:自然环境是人类生存的条件,人类和一切生物都不能脱离自然环境而生存。人在实际生活中:一要依赖环境;二要利用、支配和改造环境,如果人类因为自己不正确行为,长期而严重的污染和破坏自然环境,使人们不能呼吸到清洁而新鲜的空气,不能喝到清洁而富含营养的淡水,不能生产并吃到无污染的粮食和蔬菜,那人的健康必然要受害。

二十二、食品行业除“四害”工作为什么更重要?

答:食品行业承担着各类食品的加工、贮藏、销售、运送和就餐等食品的全过程。这个行业,随着人们生活水平的提高,日趋扩大和火爆,这些场所因为有各种食品和水,容易成为“四害”聚集和繁殖地,由于害虫的频繁取食而污染食品和餐具,甚至传播相关疾病,危害人们的健康。所以,食品行业做好防疫灭害工作,即可保证食品卫生,又可以降低一个区域的“四害”密度,这对保障人们健康有着更重要的作用。

据《乐山市创卫知识手册》

肚脐有深有浅咋回事?