

马牙、青屁股、粟粒疹、“螳螂嘴”……

新手爸妈别焦虑！新生儿这些“怪现象”不是病

□呼和浩特晚报记者 安娜

“马牙”不是牙 出生数月可自行脱落

夏女士是一位年轻的产妇，一周前顺产生下一个可爱的女宝宝。9月10日一早，在宝宝哭闹时，夏女士发现宝宝的口腔内牙龈位置粘有像奶渣一样的白色小珠。因为担心宝宝生了病，还在坐月子的夏女士急忙让家人抱着宝宝前往呼和浩特市第一医院新生儿科就诊。

新生儿科副主任医师肖莉仔细诊断后认为，这名宝宝口腔内所谓的“白色小珠”为新生儿“马牙”。此“马牙”并非真正的牙齿，在医学上叫作“上皮珠”，是由上皮细胞堆积或黏液腺分泌物积留、包裹所形成的，表现为黄白色米粒大小的颗粒，通常在口腔上腭中线两侧或齿龈边缘出现。

“它并不影响婴儿吃奶和乳牙的发育，属于正常的生理现象。宝宝往往会由于吃奶的摩擦而在数月内自行脱落。有的婴儿因营养不良，马牙不能及时脱落，这也没多大妨碍，不需要医治。”肖莉医生说。

“青屁股”不仅只会出现在屁股上

肖莉医生表示，另一种最为常见的新生儿正常生理现象就是“青屁股”。

“许多新手爸妈都会认为‘青屁股’是宝宝受到外力磕碰所致。实际上，这与外力作用没有任何关系，是生下来就有的痕迹，在医学上被称为‘蒙古斑’，多见于黄种人婴儿，这是一种皮肤上的遗传紊乱。”肖莉医生说，蒙古斑有很多颜色，比如蓝色、蓝黑色、黑色或灰青色与绿色的结合，甚至可以是这些颜色的组合。外形也是独具特色，有斑点状、圆形、不规则形等，千奇百怪，而且也没有明显的边界。蒙古斑一般出现在新生儿的臀部，还可能出现在新生儿肩膀、胳膊以及腿部等位置，家长不需要特殊处理，随着年龄增长，一般情况下，3至5年后就会逐渐消失，是一种正常生理现象。



你习惯早睡早起还是晚睡晚起？美国一项研究显示，晚睡晚起的女性患Ⅱ型糖尿病风险更高，同时生活方式不健康的可能性也更大。

哈佛大学医学院研究人员分析了美国“护士健康研究Ⅱ”的统计数据。这是一项针对女性慢性病风险的大型研究，共有近6.4万名护士参加。2009年研究开始时，她们的年龄在45岁至62岁之间，无癌症、心血管疾病或糖尿病病史。

研究人员通过问卷确定参与者的“时间型”。

“医生，我家宝宝屁股上有一大片淤青，这是摔了还是得了什么病？”“医生，我家宝宝的鼻头上怎么全是粉刺一样的痘痘啊？”……诸如此类的问题往往困扰着一些新手爸妈。对此，呼和浩特市第一医院新生儿科副主任医师肖莉表示，其实有关新生儿的诸多“怪现象”，有很大一部分为正常生理现象，并不是疾病。

肖莉医生提醒新手爸妈：“蒙古斑与磕碰后的瘀斑非常相似，所以如果发现宝宝除有青斑以外，还有其他出血倾向，比如身上有小红点、小红斑或者精神不好，一定要及时到医院就诊。”

粟粒疹无需涂抹药膏 千万别挑破

“在新生儿的鼻子、额头以及脸颊等部位会出现很多黄白色、针尖样的小疹子，这是由于皮脂腺堆积而成的，一般不需要特殊处理，后期会自行慢慢消失。这种疹子叫新生儿粟粒疹，大多数新生儿都会长，一般不需治疗。”肖莉医生说，导致婴儿粟粒疹的原因是宝宝的皮肤在代谢过程中不断脱落死亡的细胞，这些细胞在皮肤表面堆积，堵塞了皮肤上的毛孔后就形成粟粒疹。这些小疹子既不疼也不痒，也不会感染，对宝宝没有任何伤害。粟

粒疹会在2至3周后自行消失，当然有些也可能要到1至2个月以后才能消失。只需要做好皮肤护理即可，一般情况下无需特殊治疗。

肖莉医生建议，给长有粟粒疹的宝宝洗澡时，别忘了帮宝宝清洁一下小脸，用清水即可。清洗动作一定要轻柔，不要使劲擦洗这些小疹子，也不要挤压，更不要给宝宝挑破，那样很有可能造成感染。在宝宝长粟粒疹的地方，不要涂抹任何油霜或药膏。

新生儿这些“怪现象”也是正常生理现象

肖莉医生在采访中表示，新生儿还有好多“怪现象”也都是正常生理现象。

一些新生儿宝宝在出生的最初几天体重会明显下降，多数较出生时的体重降低10%左右。这是由于出生后婴儿脱离了原有的环境，加之需要排出粪便、羊水等多种物质，所以体重会自然下降。一般情况下，一周后体重就会逐渐上升。

有的新生儿宝宝身上“披”着一层白色油脂，叫作“胎脂”。胎脂有保护皮肤的作用，帮助宝宝更好地从子宫羊水温暖环境过渡到宫外干燥有氧化低温的环境，通常在宝宝出生后数小时或1至2天后会逐渐被吸收而消失。胎脂不需要特意去清洗，只需要将褶皱处的胎脂用温水轻轻擦去即可。

还有的新生儿宝宝两侧脸颊下有两个小凸起，就像螳螂的嘴巴一样，被称为“螳螂嘴”。实际上这是新生儿颊部的脂肪垫，它不仅不会妨碍新生儿吸奶，反而有助于新生儿的吸吮，属于新生儿的正常生理现象。



医生简介：

肖莉，呼和浩特市第一医院新生儿科副主任医师。擅长治疗新生儿黄疸、新生儿肺炎、新生儿感染、新生儿败血症、新生儿化脓性脑膜炎、新生儿低血糖等，对新生儿常见病及危重症有一定的治疗经验。

女性熬夜更易患Ⅱ型糖尿病

其中，11%的人明确为“晚睡晚起”型，35%为“早睡早起”型，其余人没有明显偏好。

在随后8年间，研究对象需自行报告饮食情况、体重和身体质量指数（BMI）、睡眠时间、吸烟与饮酒习惯、健身习惯和糖尿病家族史等。研究人员将这些数据与医疗记录进行关联，以确定哪些人患上糖尿病。

分析数据显示，与早睡早起型研究对象相比，晚睡晚起型患糖尿病风险高72%；她们也更容易有饮食习惯差、运动量少、酗酒、肥胖、吸烟、睡眠少等不健康的生活方式。即使排除不健康生活方式和遗传因素，“夜猫子”患Ⅱ型糖尿病的风险依然比早睡早起者高19%。

研究报告近日刊发于美国《内科学纪事》月刊。

报告第一作者、哈佛大学医学院下属的布里格姆和妇科医院博士后研究员西娜·基亚纳西说：“由于熬夜，激素分泌、身体的体温调节和新陈代谢都会发生变化……这会产生一种多米诺骨牌效应，增加人患糖尿病、心血管疾病和其他慢性病的风险。”

美国有线电视新闻网说，每个人都有自己的昼夜节律，有的人喜欢早睡，有的人喜欢熬夜。这虽然很难改变，但可以通过自身努力来调节。

妙佑医疗国际睡眠专家巴努·普拉卡什·科拉说，这项研究结果显示，爱晚睡的人应该意识到相关风险，节制饮酒、戒烟、增加体育锻炼并保持充足睡眠，以降低罹患各种慢性病的风险。

（据新华社 荆晶）