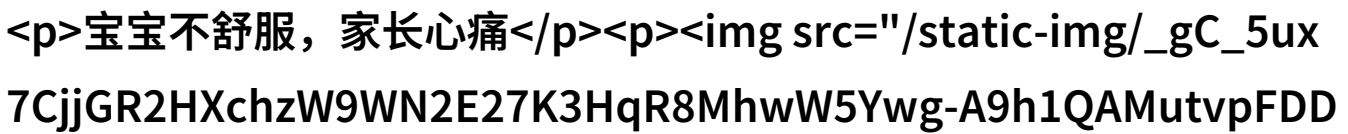


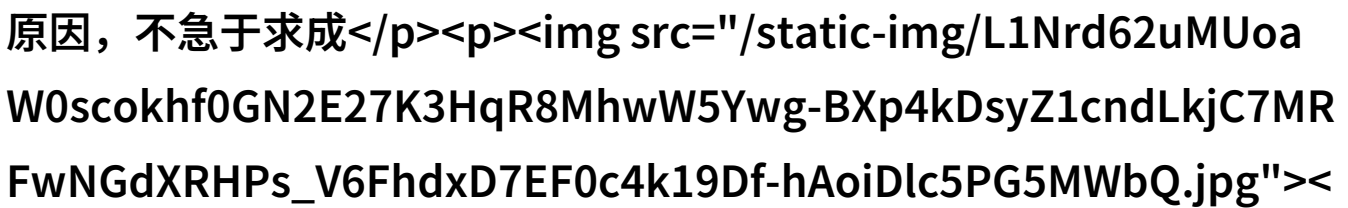
宝贝乖张腿疼温暖的关怀与专业的治疗

宝宝不舒服，家长心痛



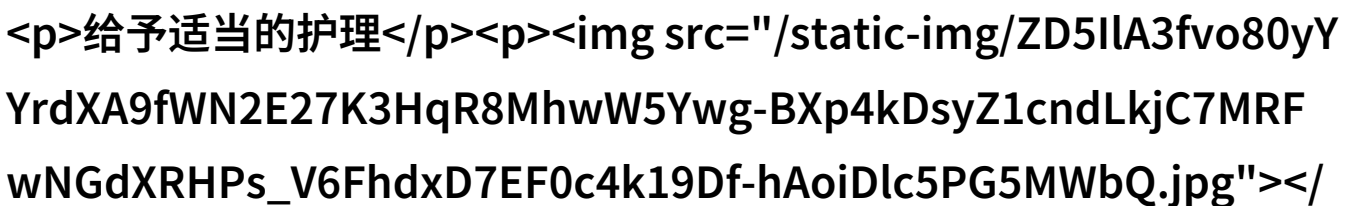
宝贝乖张腿疼，你作为父母，最担忧的事情莫过于孩子的健康。每当你看到宝贝因为疼痛而哭泣，内心都充满了无助和焦虑。然而，面对这种情况，我们应该如何处理呢？

寻找原因，不急于求成



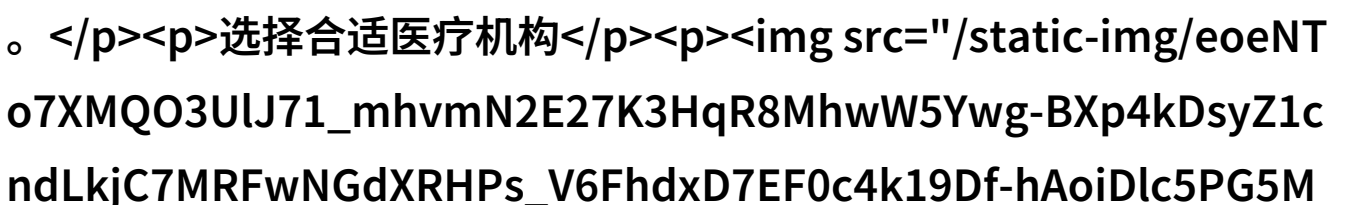
首先，我们需要了解宝贝为什么会有这样的症状。这可能是由于长时间站立、玩耍时跌倒、生病或其他因素造成的。在没有明确诊断之前，我们应该避免给予药物治疗，而是尽量保持宝贝安静休息。

给予适当的护理



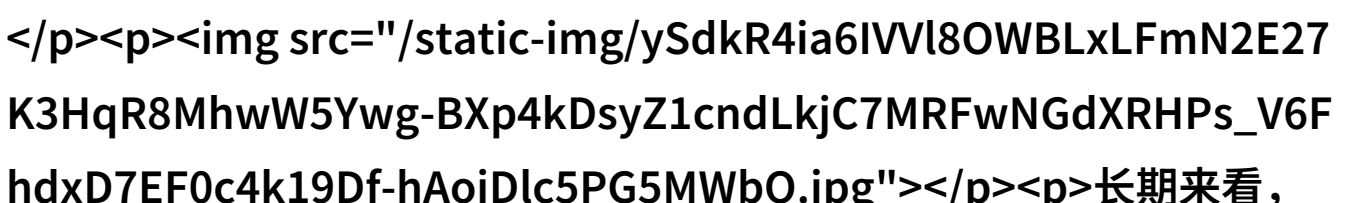
在等待医生的同时，我们可以采取一些简单措施来缓解宝贝的不适。例如，用温水洗澡可以帮助放松肌肉；使用冰袋包裹受伤部位，可以有效减少肿胀和炎症；而轻柔地按摩周围肌肉，也能帮助缓解紧张感。

选择合适医疗机构



如果问题持续或者症状加重，那么我们就需要带着宝贝去医院看医生。选择一个信得过的地方进行检查和治疗，这对于孩子来说至关重要。在这里，您将遇到经验丰富且善良的心理医生，他们会提供专业建议并为您的孩子提供最好的护理。

建立健康习惯



长期来看，

要防止类似的情况再次发生，最好的方法就是建立良好的生活习惯，比如鼓励儿童多运动，但也要注意不要做过度劳累的事情。此外，加强营养摄入，让身体得到充分补充也是非常必要的一环。

增强亲子关系

最后，无论是日常生活中的小事还是重大疾病，都不能忽视与孩子之间的情感交流。当你的小天使在经历痛苦时，你应当成为他们坚强的后盾，用爱心去呵护他们，即便是在最艰难的时候，也要让他们知道，在这个世界上总有人在乎他们，支持他们。

[下载本文pdf文件](/pdf/639400-宝贝乖张腿疼温暖的关怀与专业的治疗.pdf)