

小儿饭量小需要看医生吗？PDF转换可能丢失图片或格式，
建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/467/2021_2022__E5_B0_8F_E5_84_BF_E9_A5_AD_E9_c67_467555.htm 小儿的饭量没有一个绝对值，只是由营养学家根据不同年龄的小儿需要多少营养，以及他们的胃容量能容纳多少而制定出一个参考数值。一般认为达不到这个参考数值的2 / 3，就算饭量小了。这当然要除外特殊情况，如小儿患病、气候格外炎热等。如小儿长期处于进食量少的状态时，家长要备加注意。小儿平时如因饭量小，已经影响到了他的生长发育，这便是件大事情。如婴儿期前6个月每月体重约增长700克，后6个月每月约增长250克，身长全年约增长25厘米；生后第二年体重约增长2.53公斤，身长增长10厘米；26岁期间每年体重增加约2公斤，身高增加57厘米，以上数值在医学上称为生长速度。如果孩子的生长速度不正常，就需要看医生。小儿长期没有吃到应吃的饭量，应该排除是否有胃肠道、肝脏的疾病，以及有无微量元素锌缺乏、维生素B1缺乏等问题。总之长时间的小儿饭量小也需要看医生。同时大家知道，小儿的饭量与孩子的年龄、性别、季节、体格的大小、每日活动量的情况、从小吃饭的习惯等因素都有着密切的关系。下面仅就大多数小儿的平均饭量而言，家长根据自己家孩子情况可略有出入。 幼儿一天膳食组成举例(以生食计算)：主食：(包括大米、面粉、小米、玉米面等)约150200克。牛奶：250克(也可用豆浆250克与鸡蛋半个代替)。鸡蛋：1个。瘦肉类：包括禽类、鱼、肉、肝、动物血，约6075克。豆类及其制品：25克。蔬菜：150200克，其中有1 / 2应是绿叶菜或橙黄色蔬菜。水果

: 1个。糖：1015克。油：10 - 15克。100Test 下载频道开通
，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com