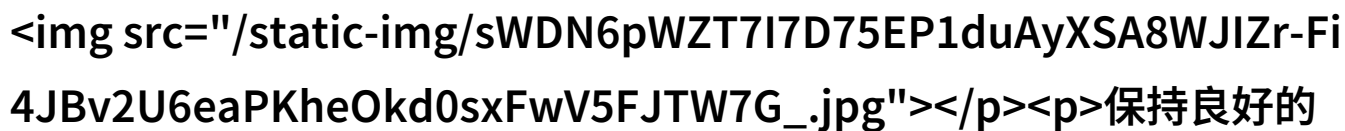


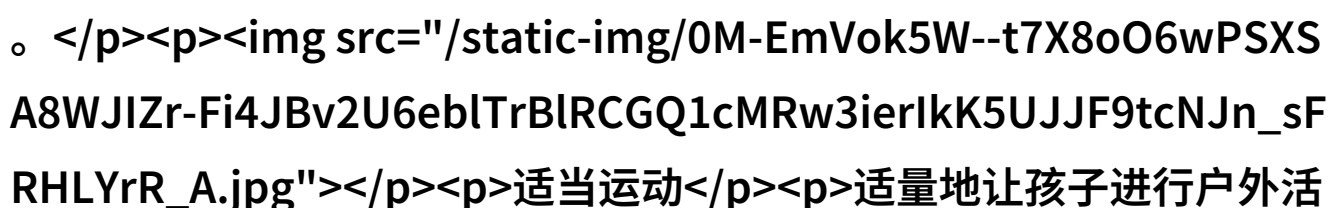
宝宝腿部发育缓慢的解决方案一揽子治疗

宝宝腿开大点一会就不疼了视频中提到的方法通常是针对婴幼儿生长板软骨化过程中的不良情况。以下是一些可能的解决方案：



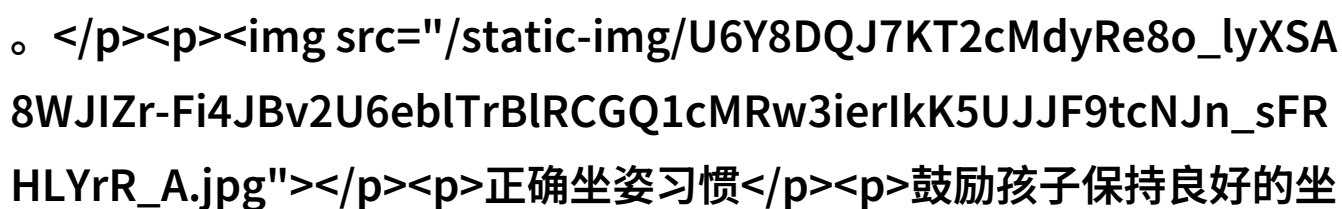
保持良好的营养

确保宝宝摄入足够的蛋白质、维生素D和钙，帮助骨骼健康成长。如果发现有必要，可以考虑添加特定的矿物质或维生素补充剂。



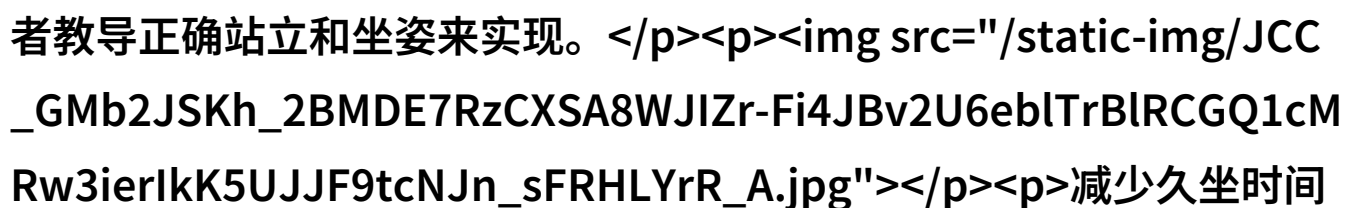
适当运动

适量地让孩子进行户外活动，如爬行、跑步等，这些都能促进肌肉和骨骼的发展，增强肢体力量。家长应注意观察孩子是否出现疼痛或不适，并根据需要调整运动强度。



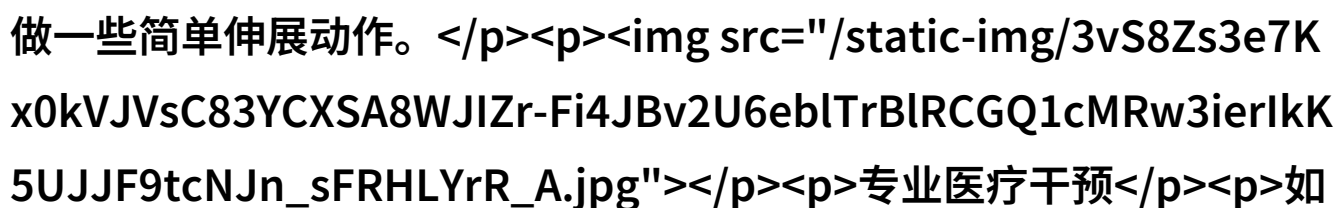
正确坐姿习惯

鼓励孩子保持良好的坐姿，避免过度弯曲或压迫小腿部位。这可以通过提供合适的座椅支持或者教导正确站立和坐姿来实现。



减少久坐时间

限制孩子在电视前、电子屏幕前花费过多时间，因为这些活动往往导致久坐，从而加剧小腿部位疲劳。此外，还应引导他们定时休息，做一些简单伸展动作。



专业医疗干预

如果上述措施没有效果，或许需要寻求医生的帮助。在某些情况下，可能需要进行物理治疗、手术或者其他专业医疗干预，以改善患儿的情况。

注意环境因素

家居环境中的一些硬件如床垫也可能影响到孩子的小腿健康。选择合适的床垫材质，以及确保卧室内温度适宜

，都有助于促进睡眠质量，从而间接提升小腿部状况。

[下载本文pdf文件](/pdf/1385708-宝宝腿部发育缓慢的解决方案一揽子治疗方案.pdf)