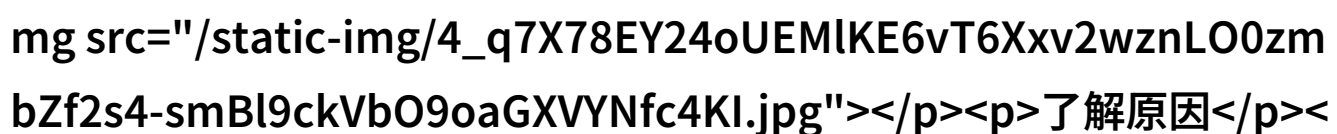
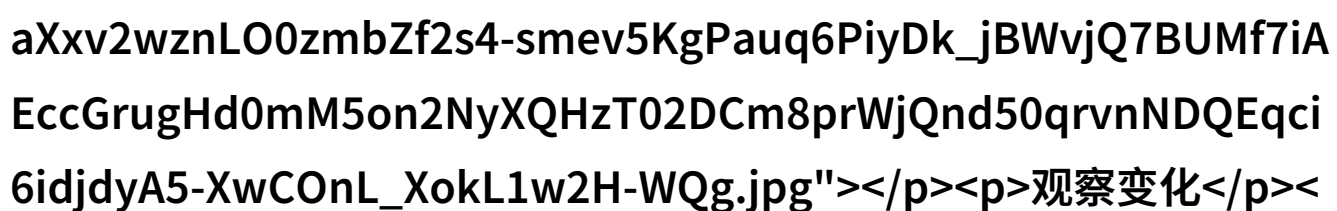


# 宝宝腿部疼痛缓解秘诀揭秘—键解决方案

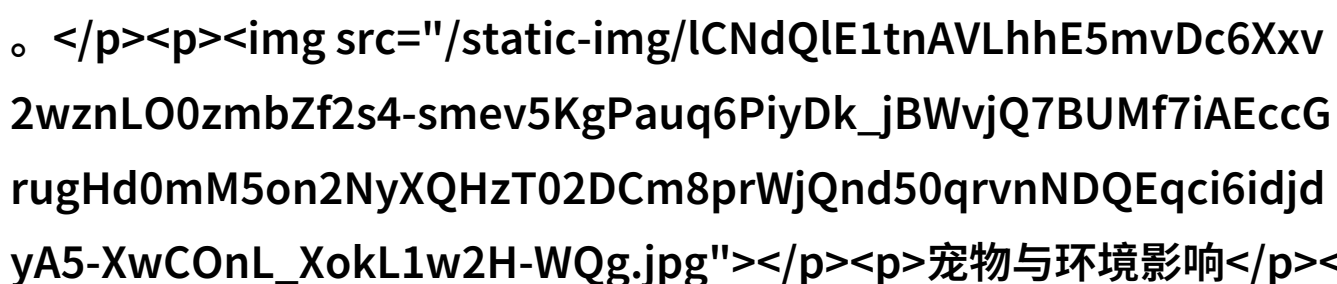
在育儿的日常生活中，家长们无疑会遇到各种各样的困扰。尤其是对于刚学会走路的小宝宝来说，他们的身体还处于快速成长阶段，因此经常会因为不适或疼痛而哭闹。这时，很多家长都会寻求专业建议来帮助他们的孩子舒缓疼痛。今天，我们就来探讨一下如何通过简单的方法和技巧，让宝宝腿部疼痛“一开大点，一会儿就不疼了”。

了解原因

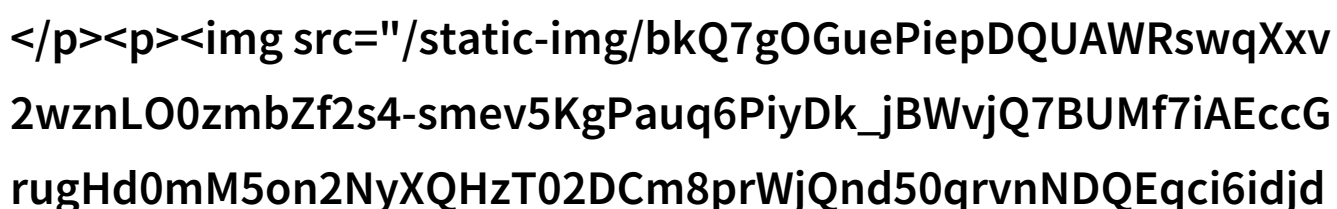
首先要明确的是，为什么宝宝会有腿部疼痛。这个问题可能源于多种原因，比如新学走路导致肌肉疲劳、皮肤脱落造成刺激、甚至是小病毒感染引起局部炎症等。在没有确定具体原因之前，我们不能贸然采取任何措施。

观察变化

家长应该密切观察孩子是否有其他症状，如发烧、恶心呕吐等，这些都是疾病的一个信号。如果这些情况出现，最好及时带孩子去医院检查。

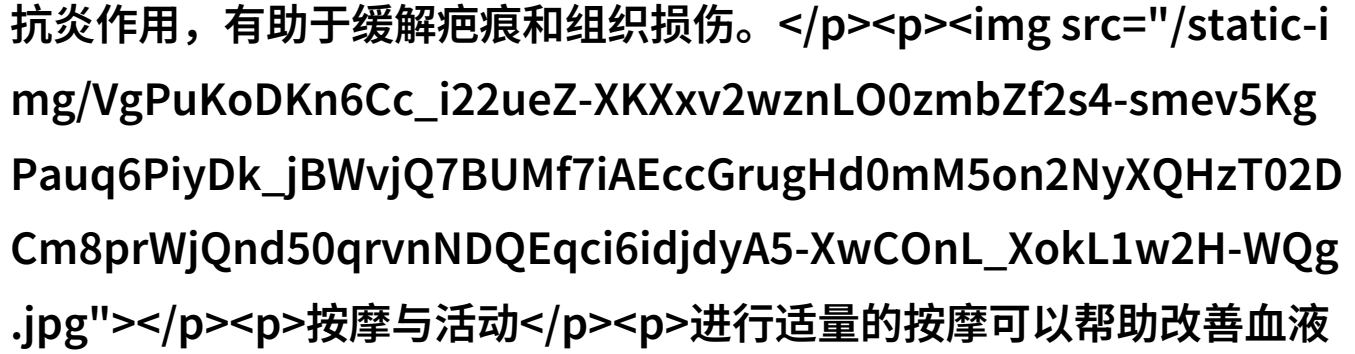
宠物与环境影响

有时候，小朋友对宠物咬伤或者接触到某些化学品也可能引起局部刺激和疼痛。在这种情况下，可以尝试清洁并使用温水轻拍以减少红肿。

温水泡澡疗法

给孩子做一个温水泡澡可以帮助放松紧张的肌肉，并且可以用盐浴或

洗液来加强效果。此外，还可以加入一些香草油，如迷迭香油，它具有抗炎作用，有助于缓解疤痕和组织损伤。



**按摩与活动**

进行适量的按摩可以帮助改善血液循环，从而促进受伤区域恢复。而让孩子参与一些游戏或活动，比如跳跃运动，可以增强骨骼和肌肉，使其更坚固，同时也有助于预防未来再次发生类似的问题。

**观看视频指导**

在互联网上有一系列关于“宝宝腿开大点一会就不疼了视频”，这些视频通常由经验丰富的育儿专家制作，以图文结合方式，为家长提供详细操作步骤。通过观看这些视频，不仅能够了解正确的手法，更能看到实际操作过程，从而提高自我治疗能力。

最后，无论采取哪种方法，都应注意观察婴幼儿的情况，如果发现状况恶化或者持续存在，请立即咨询医生，以确保最佳治疗效果。此外，每个家庭都应备有一份基本急救知识手册，以便在紧急情况下能迅速有效地处理问题。这就是我们今天想要分享的一套简易策略，让您的小天使拥抱健康快乐的一天！

[下载本文pdf文件](/pdf/562949-宝宝腿部疼痛缓解秘诀揭秘一键解决方案.pdf)