

有一些宝爸宝妈会发现宝宝有时候会不停地抓耳朵，耳朵被抓得红红的，不知道宝宝这是怎么了？

宝宝不停地抓耳朵，常见的原因有四个：

- 4-12个月的宝宝对自己的身体充满了好奇，抓耳朵是他探索自己身体的一种方式；
- 处于出牙期的宝宝因为感觉到身体不舒服，就会通过抓耳朵来转移注意力，从而达到缓解疼痛的目的；
- 宝宝耳屎增多导致不舒服，也会通过抓耳朵来缓解不适；
- 如果宝宝在抓耳朵的同时伴随着哭闹，很可能是宝宝耳朵感染了。

宝宝耳朵感染有多种疾病，可能是外耳炎、中耳炎、耳道内真菌感染、耳道湿疹等，今天我们重点来说说耳道湿疹。



耳道湿疹的原因是什么？

和其它部位的湿疹一样，引起耳道湿疹的原因目前还不明确，不过就现有的研究情况来看，耳道湿疹主要是和宝宝的体质，以及宝宝的免疫功能有关。

宝宝的体质有很大一部分遗传于宝爸宝妈，宝爸宝妈如果容易得湿疹、有哮喘或者过敏性鼻炎，宝宝就容易形成过敏性体质，得耳道湿疹的概率也会增加。

耳道湿疹在各个年龄段都会有，但常见于儿童时期，这和儿童的免疫功能没有发育完善有很大的关系。

除此之外宝宝生活的环境、宝宝的情绪，以及宝宝的不良生活习惯都可能是引发耳道湿疹的原因。

如果宝宝生活的环境污染严重、宝宝经常处于一种焦虑的情绪中、或者宝宝总是喜欢用手抓挠自己的耳朵，这些都可能成为引发耳道湿疹的原因。



对于母乳喂养的宝宝，宝妈可以回忆一下最近自己吃了什么食物后给宝宝喂奶，宝宝的湿疹就加重了，那这个食物就很可能是过敏原，宝妈就要暂停吃这个食物。

对于奶粉喂养的宝宝，一旦发生严重的耳道湿疹，就要更换成水解蛋白奶粉或者是氨基酸配方奶粉，更换后食用两周，如果宝宝的湿疹减轻就可判断宝宝对牛奶蛋白过敏。

对于已经开始吃辅食的宝宝，每添加一种新的辅食后，宝爸宝妈要留意观察宝宝三

天，看宝宝是否有过敏，一旦发现有过敏，就要及时停掉新的辅食。

2.创造安全、舒适的生活环境

宝爸宝妈要给宝宝营造一个安全的生长环境，让宝宝的情绪平和、稳定。另外注意居住环境要常通风，保持居住环境的湿度和温度适宜，高温、干燥的环境会对孩子的皮肤造成损害。