

而造成大面积烫伤；误食农药、化学品等意外，在婴幼儿中时有发生。这些与进食相关的意外事件与婴幼儿进食时随意走动，家长看护不严有密切的关系。为保证进食安全，婴幼儿进食时应固定位置，且必须有成人看护，并注意进食场所的安全。

### 5. 家庭自制辅食还是购买婴儿食品

家庭自制辅食可以保证食物新鲜，不添加盐、糖等调味品，味道也更偏向于家常化，但制作费时、费力。购买婴儿食品则方便，食品质量也有保证，但价格较贵。总体来说，我国市场上适合不同年龄段婴幼儿的辅食品种有限，部分婴儿食品中的盐、糖含量可能偏高。

## 【科学依据】

### 【关键事实】

- 婴幼儿的抵抗力弱，更容易发生感染性疾病。
- 婴幼儿期易发生食源性肠道疾病。
- 进食意外是造成婴幼儿窒息死亡的重要原因之一。

### 1. 婴幼儿抵抗力弱，是感染性疾病的高危人群

肺炎、腹泻等感染性疾病是5岁以下儿童死亡的主要原因。据报道，1~59月龄儿童中12.8%的死亡由肺炎引起，8.6%与腹泻有关。婴幼儿免疫系统尚未成熟，免疫系统处于快速发育阶段，机体抵抗力弱。婴幼儿暴露于复杂的微生物环境中很容易发生感染性疾病。

### 2. 婴幼儿期易发生食源性肠道疾病

添加辅食后，婴幼儿腹泻风险大大增加，而食物受微生物污染是导致婴幼儿腹泻的重要原因。病毒感染是全球胃肠炎的主要病因，特别是轮状病毒和诺如病毒感染。婴幼儿普遍对轮状病毒易感，据估计全球每年40%的腹泻住院和20万的腹泻死亡病例与轮状病毒感染相关。虽然全人群对诺如病毒易感，但婴幼儿发病率高，是急性胃肠炎包括食源性胃肠炎暴发的主要原因。带有诺如病毒的粪便污染食物容易引起腹泻甚至腹泻暴发。除病毒外，一些细菌如产气荚膜梭菌、鼠伤寒沙门菌等污染食品，亦可造成腹泻等肠道疾病。

### 3. 进食意外是造成婴幼儿窒息死亡的重要原因之一

研究表明，2017年全球5岁以下儿童因气道异物死亡的人数约为37 045例，死亡率约为5.44/10万，在5岁以下儿童全死因顺位中居第22位、伤害死因顺位中居第2位。2017年我国5岁以下儿童因气道异物死亡的人数为6 896例，死亡率为8.57/10万，在5岁以下儿童全死因顺位中居第5位，是5岁以下儿童伤害死亡的首位原因。进食是造成气道异物的重要原因。