

六一健康

第1期

主办单位:中国关心下一代工作委员会事业发展中心

承办单位:上海鸿慈儿童医院

官方网站:www.61120.net

咨询热线:021-66051000

大家都来关心孩子

中国关心下一代工作委员会事业发展中心主任 车传成

在中城百年一遇的炎热夏天,《六一健康》专版和广大读者见面了。

这是一团关爱孩子、传播健康、倡导科学、陪伴成长的圣火,温暖儿童幼小的心灵,照亮儿童成长的方向。儿童是祖国的未来,健康是生命的基础。因此,我们关注儿童,首先要关注儿童的健康。

每一个孩子从呱呱坠地开始,不仅牵动着爸爸、妈妈、爷爷、奶奶、外公、外婆的心,也吸引着全社会的关注。《六一健康》是一个以关爱儿童健康为主旨的科普专版,儿童是核心,知识是桥梁,服务为纽带,力争成为广大读者的良朋益友。《六一健康》将是一片融科学、知识、趣味、互动于一体的园地。在这片园地里,家长能够聆听到

专家学者的科普讲座,孩子可以得到白衣天使的悉心照料,年轻的爸爸妈妈更可以彼此交流育儿的酸甜苦辣。

让儿童远离伤害,让孩子茁壮成长,是每一位家长的心愿,也是全社会的责任。那么,就让我们一起走进《六一健康》的园地,用爱心去播种,用责任去浇灌,用热情去参与,用童心去收获。

殷切希望《六一健康》这株幼苗在社会各界的共同呵护下,健康成长。

中国关心下一代工作委员会简介

中国关心下一代工作委员会(简称中国关工委)于1990年2月经党中央国务院批准成立。中国关工委是以组织老同志来进行关心、教育下一代的工作为目的的群众性工作组织。

中国关工委主任由党中央任命,全国各省市县区及相关行政管理部门都设立了关工委组织。中国关工委现任主任为原全国人大副委员长、全国妇联主席顾秀莲,副主任由中组部、中央文明办、全国妇联、国家卫生计生委、教育部、公安部、共青团中央、司法部、广电总局、体育总局等部门副职以上领导担任。

英国科学家研究证实——“3岁看老”有科学依据

中国有一句老话,叫做“3岁看大,7岁看老”,这句话并非空穴来风。现代科学研究显示,在一个人的成长过程中,3岁之前的生长发育会影响其一生的发展变化。

为证实3岁在一个人一生中究竟起到多大作用,英国伦敦精神病学研究所教授卡斯比同伦敦国王学院的精神病学家们从1980年开始,进行了一项别具一格的试验观察。研究者以当地1000名3岁幼儿为研究对象,经过一番调查分析,将他们分为5种类型:充满自信型、良好适应型、沉默寡言型、自我约束型和坐立不安型。23年后的2003年,这些孩子都已长成了26岁的成人,有意思的是他们幼童时的言,行竟然都准确预示了各自成年后的性格。

晓河

抽动症患儿的家庭护理很关键

上海鸿慈儿童医院发育行为儿科主任 蒋燕清

东西……

小宇在我接诊的过程中时确实不时会做一些怪动作:挤眼、翻白眼、耸鼻子、撅嘴,五官似乎没有一分钟是安静的。这些都是抽动症的典型症状表现。

我仔细询问了小宇的生活学习情况,得知由于近年夏天太热,孩子不得不老待在家里,经常躁动不安地来回走动。抽动症孩子的家庭护理很重要,首先要做好安全和生活护理,使患儿在轻松、和睦的氛围中生活和学习,以利于减少抽动。最好能有同龄孩子相伴,避免家庭环境单调、缺乏约束而产生娇惯、任性、自我中心或自暴自弃,形成孤僻不合群的个性。

检查结果显示,小宇的病情不容乐观。长期“与世隔绝”的单一生活,对小宇小丘脑的情绪调节中枢的影响很大,由于失去了自由空间,缺少与同龄孩子的交流,生活单调。

使他更加的孤独、无聊、压抑,继而出现冲动、抑郁、焦虑,甚至破坏性的行为。

儿童抽动症是慢性疾病,治疗周期长,由于其致病原因的复杂性,仅靠单一的医学治疗是不够的,需要通过医院、家庭、学校等对患儿进行综合控制和引导。抽动症的治疗是“好好叠加,坏坏循环”的过程,家长的配合很重要。

抽动症患儿的家庭护理很重要,我向广大抽动患儿家长建议:不要在孩子面前流露大人的焦躁、愤怒的情绪,要给孩子创造尽量放松的环境,引导孩子参加有益的活动如游泳、游戏等,转移孩子的注意力。注意膳食结构,保证蛋白、维生素、微量元素等营养素和水分的摄入。

家长的心态是最好的治疗药物,忽视抽动症患儿的家庭护理就会造成孩子心理不能健康发育,直接影响到孩子的成长。

“鸿慈杯”宝宝秀启动

《鸿慈杯宝宝秀》今起面向社会征集照片,年龄6足岁以下的儿童照片均可参与。

照片可邮寄至上海市闸北区宝山路455号上海鸿慈儿童医院《六一健康》编辑委员会收(邮编200071);也可将数码照片登陆本栏目网站上传至《鸿慈杯宝宝秀》栏目。

本期宝宝 陈少源

暑期,孩子健康不容忽视

连续高温天气,儿童比成人更易“情绪中暑”,多动症、抽动障碍、自闭症等心理障碍性疾病的儿童,更容易导致病情的加重。

随着现代生活节奏的加快,加上饮食、环境污染。儿童抽动障碍、多动症发病率越来越高,这种行为障碍疾病导致孩子上课无法专心听讲,做作业不认真,成绩差,家长头痛,部分孩子最后还沦为问题少年。

儿童抽动症又称儿童抽动-秽语综合征,是一种以多发性不自主地抽动,语言或行为障碍为特征的综合症。具体表现是患儿频繁皱眉、弄眼、耸鼻子、撅嘴、摇头、耸肩、扭颈、喉中不自觉地发出异常声音,似清嗓子或干咳声。少数患儿有控制不住的骂人,说脏话的表现。时间长了还可能影响记忆力,使学习成绩下降。

如何在早期发现孩子是否患有抽动症,多动症?如何有效防治儿童抽动症,多动症?2013年8月17日-18日,由中国关心下一代工作委员会、中国医师协会技术联盟、北京胡亚美儿童医学研究院、上海市儿童健康基金会联合发起儿童抽动多动症关爱周活动,为抽动多动症儿童提供综合测评,包括智力、注意力、脑功能、感觉统合及社交能力分析,并对患儿提供心理、营养、教育等方面的指导。儿科专家现场帮您释疑解惑。

8月18日上午9:30-10:30,特邀知名儿科专家张金凤主任,在上海市闸北区宝山路455号,做“抽动多动症孩子的养育”的专题讲座,欢迎广大家长参加。活动咨询热线:021-65861120。

高温天气,谨防孩子「情绪中暑」

微话题

近期持续酷热,很多人都会出现心烦气躁的症状,甚至很容易发火,这很能就是医学上所讲的“情绪中暑”。

儿童心理专家提醒,持续的高温,儿童比成人更“情绪中暑”。

当气温超过35℃、日照超过12小时、湿度高于80%时,气象条件对人体下丘脑的情绪调节中枢的影响就明显增强,人容易情绪失控,频繁发生摩擦或争执的现象,这叫情绪中暑,又叫夏季情感障碍综合症。而儿童比成人更易出现情绪中暑的现象。

由于天气太热,儿童长时间被封闭在家里。对天性好动的儿童来讲,失去了活动空间,缺少与同龄孩子的交往玩耍,生活币上学时明显单调不少。性格温顺的孩子,就会感到孤独、无聊、压抑;脾气暴躁的孩子,就会发泄心中的压抑,过度看电视、过度上网。就是婴幼儿,也会出现烦躁不安、哭闹等状况。特别是患有多动症、抽动障碍、自闭症等心理障碍性疾病的儿童,更容易导致病情的加重。

正因为酷热容易造成一些异常情况,在漫长的暑假里,家长要合理安排孩子的户外活动,不要因为太热就不许孩子出门。家长不要在孩子面前抱怨,自己的心态放平和,心静自然凉。家长要多关心孩子,多陪孩子玩耍,让自己变成孩子的朋友。饮食上,注意不要过量吃冷饮、甜食等,可以吃一些高蛋白、高维生素的食物,如鸡蛋、牛奶、豆制品、蔬菜、水果等。

朱雯

六一博士信箱

问:近日中城持续高温,孩子很烦躁,在家里总是不停地走动。请问这是不是多动症的表现?

答:高温天气和多动症并没有必然关系,但是作为家长要预防孩子多动症的发生。孩子现在大都放暑假在家,建议室内要空气通畅,空调房间温度不宜太低,一般设置在26℃为宜。避免带孩子去人群集中的地方,喜欢游泳的孩子游泳前先做一下准备运动,有用过程中要注意适当休息。

问:孩子总是注意力不集中,是不是属于抽动症表现的一种呢?

答:您好,造成孩子注意力不集中的因素有很多,包括生理、病理、心理、环境与教育等。大脑神经递质代谢若出现异常,易诱发儿童多动抽动症,从而影响孩子的注意力问题。要判断孩子的注意力不集中是否与抽动症有关,还需要观察孩子是否具有:皱眉、弄眼、皱鼻、撅嘴、清嗓、重复秽语等症状。如果家长发现孩子具有抽动症状,且孩子注意力不集中,建议带孩子前往医院诊治。