



“六一”特别关注

孩子咬指甲可能是疾病信号

打鼾 儿童健康隐形杀手

儿童打鼾原因很多,很可能是身体哪方面有疾病。是否有一个健康的高质量的睡眠,对小儿的智力 and 身体发育十分重要。

【专家支招】孩子打鼾常见原因有:腺样体和扁桃体肿大;鼻窦炎、咽喉炎;舌根过大,下颌骨后移或过小。预防孩子打鼾,建议保持营养均衡,防止过胖,作息有规律,限制摄取过多的糖和咖啡因,少喝可乐。

咬指甲 心理紧张焦虑

咬指甲在儿童期比较常见,3岁儿童咬指甲行为发生率在 17%左右,5岁时达 25%。

【专家支招】儿童咬指甲原因大致有:爱得不到满足,如父母长期不在身边,父母过于严厉,孩子性格内向,父母经常吵架。寂寞、乏味、紧张、焦虑状态下的孩子也容易咬指甲。消除紧张是改变咬指甲行为的关键,打骂或责备只会使孩子精神更紧张。

调皮好动 可能是行为障碍

多动症是以年龄不相称的活动过多、注意力不集中、任性、易冲动为主要特征,它是一种行为障碍,不单是调皮、习惯不好这么简单。多动症的发病率为 3%~10%,易发年龄为 6~14 岁,男孩多于女孩。

【专家支招】调查发现,40%的多动症儿童的父母或同胞有多动症病史。脑组织损伤,如妊娠期服药、病毒感染、新生儿窒息、产伤等原因造成的脑缺氧、脑损伤。

由于多动症与多种因素有关,所以一般采取综合治疗方法。建议家长多关心患儿,不打骂患儿。给孩子安排一些户外活动,让孩子过多的精力得以分散。

(何薇)



亲情的缺失也是孩子沉迷网络的重要原因。北京军区总医院成瘾医学中心的另一份 2000 例青少年网瘾患者的分析显示,这些家庭中,父母与孩子的有效沟通时间每周平均小于 1

(新华)

精神关爱缺失是孩子沉迷网络主因

北京军区总医院医学成瘾医学主任陶然痛心地说:“我国青少年网络成瘾状况是全世界最严重的,网络成瘾不仅损害青少年的生理、心理健康和社会功能,还会拖累家庭,引发一系列的社会问题,如精神疾病、自杀、犯罪等。”

精神上的关爱、伙伴关系、游戏和亲情,这些是成长过程中不可或缺的要素,正是由于这些要素的缺失,网络才有了如此大的魔力。

多年从事网络成瘾研究的陶

然曾经对收治的 641 例网络成瘾青少年进行临床心理分析,结果表明,84.9%的人感到朋友较少,85%的人不愿参加社交活动、感到孤独。如今的家庭绝大部分都是独生子女,如果家长再对孩子控制比较严,孩子就可能面临伙伴缺失的问题。现实中找不到玩伴,一些孩子便容易沉溺于网络聊天来结识朋友,并用这些关系取代现实生活中真实的人际关系。久而久之就会陷入恶性循环。

面对性问题 家长太敏感易误导孩子

上幼儿园的女儿告诉王女士,她想学男孩子站着小便,王女士除了斥责无言以对;当发现 11 岁的儿子遗精时,梁女士简直不知道该和孩子说什么;面对电视里出现的男欢女爱镜头,家长们不是环顾左右而言他,就是立刻换台……有关性的话题,在很多家庭里都是禁忌。

精神卫生专家指出,孩子关于性和性别差异的问题,不一定是受了性刺激,而只是正常的好奇心。

家长坦然孩子也轻松

专家建议,家长面对孩子关于成长的疑惑千万不要太敏感,而是要坦然。例如告诉年幼的孩子生殖器官的不同、性别差异是正常的,以介绍五官一样平常的态度让孩子认识阴茎、阴道。孩子来月经或遗精了,这时家长未必要给孩子讲性交是怎么回事,但要告诉孩子这些

反应都是人体正常的生理功能,是身体发育的正常阶段,这代表他们长大了。这种坦然轻松的态度反而会降低孩子的兴奋度和好奇心。

让孩子明确底线在哪里

进入青春期的孩子身体发育比较快,这时他(她)们遇到的问题更多,性冲动就是其中一个无法回避的问题。对于家长来说,回避的态度对于帮助孩子正确面对这些是没

有好处的。

专家认为,爸爸和妈妈要让孩子知道,性冲动是他们性成熟的表现。在这个年龄段,对于孩子来说最重要的应该是学习、成长,只有在获得一定的社会地位和回报后,他们才能承担起家庭的责任。要让他们知道底线在哪里,知道哪些能做,哪些不能做。

(京时)

感受针灸美容减肥

拥有窈窕匀称、曲线玲珑的身材,是每位现代女性梦寐以求的。而许多女性尝试了许多美容瘦身的方法,仍未达到理想效果。现在,不妨随记者到周口市烧伤医院走一趟,也许这里能实现你爱美的心愿。

近日,记者来到周口市烧伤医

院美容科。据有关人员介绍,该科室的主要业务有针灸美容、针灸减肥、埋线减肥等。针灸室内,4 名肥胖程度不等的女性正在接受治疗。其中,有正在进行面部针灸美容的,有在做腹部和四肢针灸减肥的,一名来自江西的女接受的士正在做埋线减肥。埋

线并不是记者想象的,把皮肤切开一个小口,然后将蛋白线埋于皮下,而是用比针灸减肥所用的稍粗一些的针,把蛋白线直接针刺于皮下,10 分钟左右就完成了埋线的全过程。这位江西女士说,她的一名周口朋友体重原来 76 公斤,去年做了 3 次埋线减肥后,现在体重一直保持在 55 公斤左右。有了朋友的成功减肥经历,她就决定也做这个减肥项目。

记者在和其他 3 名女性聊天的过程中获知,她们也是看到身边的

成功减肥例子后,才决定来这里进行美容减肥的。

看到记者对针灸仍心存疑惑,该科的周医生笑着说:“要不你来试试?”周医生说:“针灸还能祛痘、祛斑、除皱纹、美白呢。”听说针灸美容还有这么多效果,记者就决定亲自尝试一下。一针下去,只感觉医生的手捏了一下皮肤,记者并没感觉到针刺的痛感,原来针灸并不痛苦。

(记者 刘艳霞)

生姜片加醋洗发可消除头皮屑

每次洗头的时候,把生姜切片后用水煮,当水温不烫皮肤时加入一点醋,然后把洗干净的头发浸入姜水中搓洗。中医说生姜是温性的,用生姜水洗头可以促进头部血液循环,消炎止痒,而醋也有很强的杀菌作用,对皮肤、头发能起到很好的保护作用,所以二者配合使用可以除头屑。

头皮屑过多还和睡眠不足、过多地吃刺激性食物、头发分泌脂肪不正常有关,所以中医建议多进行体育锻炼,因为多运动就会多出汗,出汗既能增进健康,又能防止头皮屑过多。

(健时)

每个医院都有自己的特色,每个科室都有自己的独特疗法

让患者了解医院 让医院展示形象

本版诚招各医院展示科室特色,创造和谐医疗环境。

展示条件:各大医院展示的特色科室必须在业界享有一定知名度,本报将针对该科室的医疗水平进行调查,同时欢迎社会各界进行监督,如发现虚假宣传,坚决给予曝光。

报名热线:13592220126 13592220031 13033905685 13526297566

周口市烧伤医院

穴位埋线减肥

无副作用 疗效突出

作用持久 防止体重反弹

省时方便 繁忙现代人的首选方法

电话:13592208703 6199197

周口天久康药业

更专业 更健康

选择天久康 天天都健康