



一手鞋可能会影响孩子健康

孩子长得快,衣裤鞋袜换得也快,一双鞋子穿两三个月就小了,八九成新的鞋子放着浪费,扔了又可惜。为节约开支,有些妈妈会让弟弟妹妹穿哥哥姐姐的旧鞋子,或者接受亲戚、朋友家宝宝穿过的鞋子。实际上,这种做法有可能会影响孩子健康。

1. 磨损程度不同。每个人走路习惯不一样,受力不同,所以鞋子的磨损程度也有所差异。旧鞋子已经按照前孩子的走路习惯形成了磨损,这个时候再给另一个孩子,尤其是学步期的孩子,不仅会不舒服,还会影响孩子足弓发育。有些二手鞋虽然看着很新,但依然存在肉眼不易看到的磨损。

2. 尺寸有差异。孩子的脚型各有不同,比如脚面有高低、脚底有宽有窄等,二手鞋可能不合脚,会存在偏大或偏小的问题。偏大的鞋子不仅起不到保护作用,反而会因为脚在鞋中晃动,冲击力变大而更易受伤;偏小的鞋,既影响脚部发育,还限制孩子活动的积极性。

3. 弹性变差。与新鞋子相比,旧鞋子最大的劣势就是鞋底弹性变差。一双鞋子,如果弹性不好,就不能很好地缓冲地面对脚掌的冲击力,会造成脚部承担负荷过重,影响足弓发育。

此外,给孩子挑选鞋子时,一定要选大小合脚的。有些家长为节省开支,给孩子买鞋喜欢买大一码,希望多穿些时间,这种做法非常不可取。孩子穿大鞋子走路,脚得不到有效固定,会影响走路姿势甚至造成脚部发育畸形。

《生命时报》邵庆亮

孩子感染了幽门螺杆菌,要不要治疗?

在我国,超过半数人口都感染了幽门螺杆菌,成人感染后会增加慢性胃炎甚至胃癌的发病风险。因此一旦发现感染,尤其是出现慢性胃炎症状的成年人,建议进行幽门螺杆菌根除治疗。但有些父母在发现自己感染后会问:家里的宝宝需要查嘛?如果感染了需要治疗吗?

一般来说,幽门螺杆菌感染与否和儿童是否出现消化道症状之间并无关系。在儿童时期,随着免疫耐受的建立,抑制性免疫反应较成人更多,从而能与幽门螺杆菌“和平共处”。有研究发现,幽门螺杆菌感染状态相似的儿童和成人相比,儿童的胃黏膜炎症水平较轻,消化性溃疡的发生率低,患幽门螺杆菌相关的严重疾病如胃癌、淋巴瘤概率极低。因此,幽门螺杆菌对儿童的伤害较小。其次,根除幽门螺杆菌的治疗方案中包含抗生素。儿童可以选择的抗生素种类较少,长期应用抗生素耐受性欠佳,破坏肠道菌群平衡,易出现不良反应。在根除后,随着年龄的增加,再次感染的概率也会增高。

因此,依照中华医学会儿科学分会消化学组于2015年制定的《儿童幽门螺杆菌感染诊治专家共识》,不建议无症状的儿童常规进行幽门螺杆菌的检测和治疗。幽门螺杆菌的检测推荐作为患有贫血、慢性免疫性血小板减少性紫癜等疾病的儿童病因筛查的一部分。对于存在慢性胃炎、胃淋巴瘤、长期服用非甾体类抗炎药、有胃癌家族史的患儿,建议进行幽门螺杆菌的根除治疗。但对于一般儿童来说,是否根除幽门螺杆菌,其实是“获益”与“风险”的衡量。若没有长期腹痛、腹胀等明显的消化道不适,检测和根除幽门螺杆菌没有太大必要。待孩子成年后,再进行幽门螺杆菌的检测和治疗更为合适。《生命时报》于彤彤

让孩子从小知道感恩

汪小弟



教孩子行「孝」

肖艳

女儿自小由爷爷奶奶照顾,两位老人对孩子疼爱有加、细心呵护,女儿也茁壮成长。时间长了,我发现有个现象值得注意:孩子衣食住行各方面都以自我为中心,敬老意识淡薄,不懂得孝敬长辈。

于是,我拟定实施“点点滴滴从我做起,孝顺老人从现在做起”的家庭“行孝”计划。首先从思想上理解行孝。给孩子讲中国传承几千年的孝悌故事,以孝感动天的舜、“亲尝汤药”的汉文帝刘恒、百里负米的仲由等二十四孝故事,让孩子懂得“孝”是中国文化的一项传统美德。其次身体力行,以身作则。早上我便带着女儿陪母亲买菜、帮母亲提菜,中午做饭时让她帮忙洗洗菜,晚上洗脚时让她给爷爷奶奶递毛巾,一点一滴教她怎么孝敬老人。

俗话说:“榜样的力量是无穷的。”在我的言传身教下,5岁的女儿渐渐懂得如何对老人行“孝”,懂得“点点滴滴都是孝”的道理。

现在,女儿上幼儿园时不再让爷爷背书包,而是自己背起小书包,跟奶奶拥抱告别后,牵着爷爷的手去幼儿园。放学回家后,会帮奶奶剥蒜瓣,给爷爷拿水喝。此外,女儿在日常生活中也变得谦让有礼了。

通过家庭“行孝”计划,我认识到:孩子就是一棵刚钻出土的嫩芽,在成长的过程中,要及时“培土施肥”。因此,为人父母者,要及时注意到孩子欠缺的方面,用心给孩子补上。

给我回家!”不想女儿更厉害,仰着头冲我说:“你闭嘴,我就不回去!”

女儿声音很大,周围过往的人听得清清楚楚。女儿说出这样的话,一时让我非常难堪。

晚上,我想跟女儿好好谈谈,没想到她根本不听,见了我便说:“烦人,你闭嘴。”女儿这样的表现让我既郁闷又愤怒。

随后几天里,我每次想要干涉她的一些行为,她都会说出类似的话。我问她为什么这样对我,她说嫌我啰嗦,不想让我管。

我对女儿向来疼爱有加,她想要做的我都尽量满足她,不想她不仅不感激我,竟还如此对我。

苦恼中我想到了我当中学老师的同学,让她帮我找找原因。

听了我的讲述后,同学笑着说:“首先你得从自身找找原因,疼爱孩子没错,但不能无原则付出,你就犯了这个大忌!”

我有点不服气地说:“现在哪个父母不疼爱孩子,我疼她难

道还有错?”同学说:“话不能这样说,女儿对你一时不敬,你不能说孩子就不知感恩,但如不及时帮孩子纠正并进行正向引导,孩子真的有可能变成不懂感恩之人。”

交谈中,同学讲了一些孩子对父母不敬的原因。孩子对父母的不敬行为,很多时候是受家庭环境、生活环境的影响。家长如果对孩子疼爱有加、无原则地妥协,会让孩子潜意识里认为自己提任何要求都应该得到满足,而且渐渐变成一个眼里只有自己,没有别人的孩子。

同学告诉我,家长对孩子给得越多,孩子的“感恩之心”就丧失得越快;家长对孩子照顾得越多,孩子就会越发丧失独立品格;家长对孩子过度宠爱,会让孩子习惯得到,而不愿意付出,慢慢地就会觉得父母做的一切都是理所当然,会逐渐对父母长辈缺乏尊重,进而变本加厉地索取。这些是孩子不懂感恩的主要原因。

最后同学建议我,今后对女儿的爱要有底线,物质上不

父母是孩子的镜子

陈丽

电话给父母,了解他们一周来的生活和身体状况,也把我们一家的生活乐趣分享给他们。儿子可能是看到了我经常这么做,在我的影响下,他也养成了这个习惯,可见父母的言传身教其实是最好的教育方法。

我想起之前等地铁时看到的一幕。一对年轻的夫妻带着一对漂亮可爱的双胞胎女儿来坐地铁,当时地铁站的人并不多,妈妈对两个小姑娘说:“站在黄线外,乖乖排好队。”其中一个小姑娘看看周围,对妈妈说:“妈妈,现在一点儿也不挤,不用排队吧?你看,那些大人都没排队。”妈妈温柔地对小女孩

说:“我们坐地铁、坐公交都应该排队,遵守秩序的孩子才是好孩子。”妈妈很自然地排在了爸爸的身后,两个小姑娘见状也乖乖地排在了妈妈身后,于是,一家四口排成了一道美丽的风景线……

同事小芳经常在我面前叫苦,说上小学一年级的儿子一点也不听话,吃饭不专心,边吃边看电视;放学回来不主动做作业,一心只想玩手机……可她自己平时是怎么做的呢?她自己就习惯边吃饭边追剧,下班回到家就捧着手机看,儿子做作业时,她叮嘱儿子要认真写作业,自己却在一旁玩手机。小芳没意识到正是她的

“言传身教”无形中造成了儿子这样的状态,自己都做不到的事情,凭什么要求孩子做到呢?

育儿专家李玫瑾曾说过:“孩子的行为,基本上就是父母行为的一个折射,折射出父母的水准。”父母是孩子的第一任老师和镜子,而孩子也是父母最好的镜子。地铁站里那对可爱的双胞胎姐妹折射出了年轻夫妻自律守则的优秀品质,小芳的儿子却映出了一个懒散的妈妈。想要培养出优秀的孩子,首先要让自己成为优秀的父母,在孩子的成长过程中,以身作则,言传身教,成为孩子们心目中一面明亮的镜子。

写给高一女儿的一封信

龙建雄



亲爱的女儿:

你好!  
高一生活已有三个多月,不知道你习惯与否。谢谢你在2021年毕业季给了我和妈妈预想中的喜悦。你说,查到录取通知书那天可以高兴一下,但第二天我们就要恢复以往的心态,因为此后又是一个三年的开始。很欣慰,你真的在成长。再次衷心祝贺你,我们三口之家的第三个高中生。

你是部队大院长大的孩子,对爸爸的一些用词应该不会奇怪。军事指挥艺术里有一个名词,

叫检讨式评估,就是在打完一次仗之后,部队指战员进行作战回顾、分析成败、及时调整战略战术的过程。从培养你成长这一过程来看,我们进行了一场“战役行动”,事后进行复盘式的自我检讨与反思也很有必要,以求夺取下一场新胜利。

首先,我的检讨有三。

一是过于严厉。但凡是家长,共同的口头禅便是:“我这样是为你好”。我对你从小就严厉,除了这种解释,我再也找不出更好的“理由”。孩子有好奇的天性,好玩的本性,在你儿童时期我没有好好理解这一点,因而对你确实有过分的要求。记得你念小学那会儿,写过一篇诗歌《手机》,你说爸爸妈妈一人拿着一部手机玩,不理我,手机上那么多视频和游戏,百玩不厌,手机好,又不好,真是矛盾。很遗憾,爸爸在这方面没有顾及过你的感受,过去我限定你一天只可使用我的手机半小

时,即便初中三年你有了自己的专属手机,我也严格限制你使用手机的时长,没有考虑到你对我们总玩手机的意见——同样的事情,我们也应该严格要求自己。

二是唠叨成癖。我自认为对你倾注了全部的爱,总是会在第一时间里,提示你注意这,提醒你提防那,也因此,我被你封为“叨神”。在我的心目中,除了要在物质上保障你健康成长外,关键是要在人生格局、心胸眼界、品行修养、爱好追求等诸多方面,给予你精神上的塑造,以使你在未来能落落大方、刚柔并济,成为女性中的“佼佼者”。其实,每回在说这道那的时候,我都暗自决定以后不再这样。可是,我没有控制住自己,我恨不得把所有人生经验都教给你。

三是信任折扣。孩子对父母有依赖是天然而成,而父母对孩子有担心亦是天生。我记得我们有过“君子协议”,比如,我不偷看

你的手机,不干涉你的交往。然而,作为你的监护人,我有时候不得不采取点“小聪明”,巧用“反侦察能力”来预防你思想上可能的滑坡。因而,我们父女关系一度有一些紧张,你见到我学会了“躲闪”,我看到你会莫名间“冒火”。诚然,是我过于对你重视,严于对你要求,才会产生这种局面,于是乎,父亲在你心目中的信任感大打折扣。现在我醒悟到,自己的女儿,有什么不可以沟通的呢?我相信,我们很快就能恢复对此彼此的信任。

最后,我们约定三章。

第一个约定,共同成长。三年时间里,你好好完成课程学习,月考、期中考、期末考,尽可能保持在年级“第一作战集团”;我继续每年阅读不少于30本书,写一千字以上的文章不少于50篇。

第二个约定,各有成就。未来你决定从事什么工作,就奔着理想中的那所大学、那个专业笃定前行,仍然是初中时期的那句话,自信去追梦,勇敢去实现;爸爸在业余时间仍会坚持做辛勤的“码字工”,力争在你高中毕业前顺利晋升为省作家协会会员。

第三个约定,爱我们家。爸爸会一如既往地爱你,和你一起守护好妈妈;每周你放学回来,爸爸妈妈一定做你喜欢吃的菜,和你聊喜欢的话题;学习不紧张、学业不繁重的时候,我们还和以前一样,去外面吃个新餐馆,看场新电影,买件你想买的物品。任何时候,爸爸妈妈都是你可靠的港湾。

好好做一名优秀高中生,我们一起奋力加油。

爱你的爸爸

征稿启事

当孩子第一次学会爬的时候、第一次学会走路的时候、第一次学会叫爸爸妈妈的时候、第一次学会用筷子吃饭的时候……在孩子逐渐成长的过程中,相信许多父母都会有不少感慨,也会有不少想对孩子说的话。对此,您有什么关

于孩子的成长故事想与我们分享吗?欢迎大家来稿交流。要求:字数不限,观点明确。请在文末标明您的姓名、电话、身份证号、银行账号和开户行信息,并在邮件标题中注明参与讨论的话题。邮箱:jswwmt1@163.com

