

健康小知识

春季丘疹性荨麻疹多发  
家长需多留意

春暖花开时节,不少家长喜欢带小孩外出踏青。医生提醒,春季是儿童丘疹性荨麻疹多发期,游玩时需尽量穿长衣长裤,避免昆虫叮咬,减少患这种过敏性皮肤病的几率。

最近,重庆6岁的女童熙熙跟随家长到公园玩耍,触碰花草后不久,身上长出不少形状不规则的红疙瘩。孩子被送到重庆医科大学附属儿童医院就诊,被发现患上了丘疹性荨麻疹。

重医儿童医院皮肤科医生包婷婷医生说,丘疹性荨麻疹主要表现是,面部、胸部、手足部等处长出花生米大小的红疙瘩,少则三五个,多则数十个,甚至成群成堆,有时疙瘩中心还有水泡出现,奇痒难忍。患者只要坚持服用抗过敏药物,并且不再接触过敏源,一般一周左右能够康复。(李松)

研究显示:  
人体内一种蛋白质  
可能“借”自细菌毒素

发表在最新一期美国《细胞》杂志上的一项研究显示,人体内一种负责细胞间交流的关键蛋白质可能“借”自细菌毒素。

人体细胞内一种名叫 Teneurin 的跨膜蛋白质在人体胚胎发育和神经系统连接中起着关键作用。美国芝加哥大学和斯坦福大学的研究人员对这种蛋白质进行了基因序列分析,并将其结构与其他蛋白质结构的数据进行比对。分析结果显示,这种跨膜蛋白质同与其功能相似的蛋白质“长得”不一样,结构更接近于一种桶状、有螺旋桨状凸起的细菌毒素。细菌毒素是细菌用来攻击宿主细胞的毒性分子。

研究人员说,细菌毒素可能在进化早期就被纳入多种生物体中,早期的单细胞真核生物领鞭虫就拥有类似的跨膜蛋白质。他们推测,细菌毒素可能把其部分基因传给了早期的领鞭虫,随着这些简单生物进化成更复杂的生物,类似细胞毒素的蛋白质就一直保留下来。研究人员认为,这种跨膜蛋白质“借用”了与细菌感染细胞类似的工具,转而将其用于连接其他细胞,并进行细胞间交流。(周舟)



子,持之以恒地相信孩子。对于家庭,可设立家庭成员必须遵守的“家庭制度”,如父母按时上下班,家庭成员在进门和离开要相互打招呼,家庭聚会一周一总结等。

长辈教育要统一  
懂得尊重孩子的选择

符先生夫妻俩跟父亲、岳母生活在一起,孩子出生后,两位老人在对孩子教育上有很大的分歧,比如说“掉在桌子上的饭菜,要不要捡起来吃”等,孩子的爷爷认为勤劳俭朴的优良传统不能丢,饭菜掉了要捡起来吃,而姥姥则认为,现在生活好了用不着,而且掉在桌上的饭菜也不卫生。出于对家中长辈的尊重,符先生夫妻俩平时都没怎么管,这令两位老人的关系更加恶劣,也影响了家庭的和谐。

师威脚说,首先我们要肯定“掉在桌子上的饭菜,捡与不捡”,爷爷、姥姥的态度也是基于生活基础而产生的理论,但是将两种截然不同的思维模式、教育方式强加在孩子身上,容易造成孩子的撕裂思维,不利于孩子成长。

案例中,虽然两位长辈的出发点是好的,都是爱孩子、为孩子健康成长着想,但他们都是按照自己一厢情愿的想法指导孩子,总认为“我比孩子懂”“我的方法是对的”……其实,这样不利于家庭和谐,两位老人的强势介入只会节外生枝,令孩子无所适从。

我们应该意识到,孩子的成长需要有一根主线,只要不涉及是非原则、道德法律等原则性问题,都应该给孩子选择的自由,尊重孩子的选择。

在家庭教育中,如果长辈比较多的话,最好对孩子的管理形成统一的意见,由一个稳

定的负责人发号指令,他要对孩子所有的发展问题承担责任,才能让孩子获得安全感,逐步建立自尊、自信。此外,第一责任人还要乐意接纳别人提供的好建议,最好经全家民主商议决定,由家庭成员共同执行。

巧用说话的艺术  
化解育儿冲突

吴某夫妻俩工作忙,5岁的儿子亮亮由奶奶带,但是奶奶经常“批评”亮亮——“鞋穿慢了”“字又写错了”“上幼儿园起床起晚了”等等,在奶奶眼里,亮亮的缺点挺多。

师威脚认为,父母等家庭成员与其出面“对峙”,不如教孩子学习说话的艺术,告诉孩子可以这样回复奶奶:“奶奶你不是在骂我,是让我早点起床变成好学生吧”。奶奶可以这样说:“对呀,我的孙子懂事奶奶就开心啦”。这样巧妙借助教育学、心理学方法,既化解了矛盾,也有利于家庭的和谐。

为此,父母等家庭成员首先要认识到,奶奶的出发点是好的,表面是对孙子批评多一点,但本质上是为了孙子好,例如让孙子早点起床是为了不要上学迟到,在这种情况下,父母可以出面通过语言艺术进行巧妙化解。

师威脚说,没有任何一种方法、一种方式适用所有的孩子,因为每个孩子都是独一无二的。教育孩子,陪伴孩子成长,每个父母责无旁贷。家长们一定要用最适合自己孩子成长的方式来教育孩子,而家庭生活正是父母学习的场所,孩子的成长亦是父母学习的教材。

家庭育儿起冲突  
专家教你巧化解

本报记者 黄珍

家庭是社会的“细胞”。健康的家庭里,每位家庭成员承担着自己的责任,几代人在情感上相互慰藉,而不健康的家庭则终日吵吵闹闹,感情充满纠结。近日,三亚日报记者采访国家二级资深心理咨询师、三亚市幸福心理中心主任师威脚,他围绕典型亲子关系案例,和读者分享家庭关系相处之道,为家庭关系把脉。

“一般来说,夫妻关系、亲子关系是家庭的主要关系,其他关系还有兄弟姐妹关系、姑嫂关系、祖孙关系等。”师威脚认为,家庭关系是不是和谐,主要取决于家庭成员的心智模式或思维模式是不是合理。

合理的心智模式主要有真实思维、整体思维、积极思维、辩证思维等,与这些思维模式相反的如虚假思维、绝对化思维、以偏概全思维等,都属于不合理思维。心智模式负责加工来自外部的信息——要么放大、要么缩小、要么维持原样、要么歪曲,形成了我们对社会的不同认知,而这认知又决定着我们的情感和行为习惯。真实、积极等心智模式,能让家庭关系变得容易处理,而陈旧、偏执的心智模式会变成禁锢人思想的铁链,造成保守、片面、错误地看待问题。

除了心智模式外,家庭矛盾还受现实事件的影响,其中心智思维模式约占90%,而具体事件占10%。在家庭关系中,家庭成员可以有意识训练自己不断发现和拥有合理的心智模式,并让自己的心智模式持续得到更新,家庭成员能够和谐相处。

夫妻双方要多理解  
营造温馨家庭氛围

王先生是三亚某企业的主管,一心忙于工作,平时总是早出晚归。今年10岁的儿子一直由妻子李女士带,李女士从事财会工作,在教育孩子问题上总以批评为主,经常抱怨儿子不听话、学习成绩差、沉溺于网络、注意力不集中。夫妻俩总为教育孩子的事情吵架,于是他们选择心理咨询。

师威脚说,作为家长能给孩子最好的教育是营造良好的家庭氛围,良好的家庭关系包括夫妻关系、亲子关系、家庭教育观念能保持一致。

在这个案例中,王先生以自我为中心,只关注工作,对家庭缺乏责任,妻子李女士不懂得教育孩子的正确策略和方法,双方都有责任。要改善这一现象,对于夫妻双方来说,要转变思维模式,彼此相互尊重、相互理解,进行换位思考。例如王先生尽量每天抽出时间来陪伴孩子,多理解爱人,还可以利用晚上的时间,与妻子、孩子相处,周末全家人出去走走,与孩子享受亲子时光等。妻子李女士要把注意力集中在扩大孩子的优点上,而不是弥补孩子的缺点上。

在对孩子的管理上,夫妻双方要统一认识和管理模式,多发现孩子的优点,多赞美孩

讲文明树新风 公益广告

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

群龙腾跃  
中华梦圆



中国网络电视台制 天津东丽大郑剪纸

讲文明树新风 公益广告



中央宣传部 中央文明办