

小小宝贝

欣·爱宝宝
小儿按摩馆
电话:61689727
地址:城南路天力商厦604室

选水杯 以安全为主

□ 记者 朱娜

给孩子选水杯，安全是家长考虑的首要因素。如何帮孩子选安全性较高的水杯？

近日，美国消费者产品安全委员会宣布，快餐巨头麦当劳销售的1200万个饮水杯被紧急召回，因为检验人员在这批饮水杯的涂漆中发现了致癌物质——镉。这一消息不由得让家长为之担心，今后该如何给孩子选水杯呢？市妇女儿童医疗保健中心儿保科科长张永超介绍说，帮孩子选水杯，不仅要外观，更要看重实用性和安全性。

不选色彩亮丽的水杯。孩子天生对色彩亮丽的图案感兴趣，他们在选择水杯时，很少会考虑安全因素，而是更关注于自己的喜好。这时，家长要做好疏导和教育，尽量不要给孩子挑选有图案的水杯，很多带图案的水杯都含有釉，而釉里含有铅等化学物质，对孩子的成长发育有不利影响。

要选耐摔、不易碎的水杯。孩子的手较小，不易拿稳水杯。家长可以选一些耐摔、不易碎的材质制成的水杯，避免让孩子受伤，同时也是节省花费的一种方法。

要看水杯是否可以消毒。家长在选择水杯时，很少会考虑能否消毒。水杯使用时间长了，会滋生、藏匿一些细菌，只用热水烫是无法达到消毒效果的，必须通过高温煮才可以消毒。但有些材质的水杯，是不能经过高温加热的，加热不当不仅会变形，还会释放出致癌物质。

根据年龄段选水杯。1岁左右的宝宝，可以选用不带吸嘴的水杯，让孩子锻炼自己喝水。最好水杯两边带把手，方便孩子拿握。

适当照顾孩子的喜好。家长为孩子买水杯，也要适当照顾孩子的喜好。如果孩子不喜欢购买的水杯，也会影响其饮水量。

玩具要比嘴大

给孩子买玩具，大人们注重的通常是品牌和质量，却可能忽略了另外一个问题：玩具的大小。首都儿科研究所急诊科主任任晓旭表示，给孩子买玩具，挑选比嘴大的更安全。

任晓旭说，5岁以下的孩子由于认知能力较差，不管什么东西，拿到手里后，总喜欢塞到嘴里咬，如果玩具较小、较滑，很容易被孩子误吞，阻塞呼吸道，严重时可能危及生命。有些小玩具棱角尖锐，比如，小摇铃、口哨等，不小心误入孩子食道，易划伤食道；表面涂有彩色油漆的积木、彩色蜡笔、铅笔等，如若被塞进嘴里舔、咬，会有害化学物质吃进身体。

可拆装的玩具也要小心，如果拆下的零件较小，家长一定要在旁边看着，以免孩子吞。如果给8岁以下儿童买了气枪、弹弓、仿真手枪等玩具，最好等家长在场时再拿出来玩，之后妥善收纳起来。（尤文颖）

带孩子 放手不放眼

□ 记者 李永高 通讯员 王小燕

儿童节前夕，国家质检总局称，目前意外伤害已成为我国14岁以下儿童的首要死因，这些伤害三四成发生在家庭中。我市儿科医生提醒广大家长，带孩子要做到放手莫“放眼”。

近日，国家质检总局发布信息称，该局缺陷产品管理中心的数据显示，自《儿童玩具召回管理规定》颁布实施两年半来，共组织实施6起儿童玩具缺陷召回，召回缺陷玩具3万余件。同时有资料显示，意外伤害已成为我国14岁以下儿童首位死因，发生在家庭中的占30%到40%，其中20%是由不安全玩具引发的。

从出生起，玩具就陪伴在宝宝左右，没想到竟有这么严重的安全隐患！夏天，儿童衣着单薄，况且暑假在即，不知除了玩具外，孩子身边还潜伏多少“玄机”？该如何避免其“很受伤”？

据市第三人民医院（原铁路医院）儿科主任、副主任医师全桃玲介绍，每年暑假，因意外事



故而住院治疗的患儿数量较平时都有较大幅度增加。究其原因不外乎：家长监管不力、孩子防范意识差、家中或一些公共场所存在安全隐患等。

全桃玲建议广大家长首先要做好家庭安全防范：那些可能伤害到孩子的家居用品如

刀、叉、打火机、电热器等，可能危及儿童健康的物品如药品、化学品等，要放在孩子接触不到的地方；不要把汽油、清洁剂、农药、酒精等装在饮料瓶中；在为孩子选择玩具时，要充分考虑孩子的年龄、兴趣以及玩具本身的安全性。

同时，经常教育孩子树立安全防范意识，不玩火、不在厨房和浴室里玩耍、不要靠近没有保护装置的阳台及门窗；夏天儿童穿着单薄，家长要看管好保温壶、热饭菜等，防止发生烫伤事件。

全桃玲还提出了家庭以外场所的安全防范：教育孩子在没有成年人陪伴和安全保护设施下，坚决不到水域、山野等处嬉戏；外出时，不让儿童单独乘坐电梯；家长要在遵守交通规则方面作表率，不乱穿马路、攀爬护栏等。此外，教育孩子远离狗、猫和鼠等动物，一旦遭到其攻击，要及时到医院注射疫苗。

“家长除具备较强的预防意识外，最好能掌握一些基本的急救技能。”最后，全桃玲提醒，“好奇、闲不住是儿童的天性。家长切记放手莫‘放眼’，让孩子时刻在我们的视线关爱下自由成长。”

5招让孩子爱上喝水

□ 记者 朱娜 通讯员 李冰磊



饮料、糖水等都是孩子们的最爱，从健康角度来讲，白开水才是首选。家长如何才能让孩子爱上喝水呢？

“妈妈，我渴了要喝饮料！”孩子一口渴就要喝饮料，是让许多家长头疼的事情。西工区的李女士说：“孩子似乎只对饮料感兴趣，糖水还能喝一点，白开水可是一口也不愿意碰。夏天到了，孩子得及时补充水，光喝饮料和糖水不健康。”洛阳市妇女儿童医疗保健中心护理部工作人员张瑞说，她家孩子正是今年11岁，为了让孩子爱喝白开水，她费了不少心思。孩子爱喝饮料和糖水不是天生的，主要得靠家长从小培养喝白开水的习惯，还要讲究一些技巧

和战略。

从小培养习惯。习惯不是天生的，而是后天培养出来的。孩子从小时候开始，不仅在家喝白开水，外出也要随身带白开水。

鼓励措施。每天早晨起床后空腹喝一杯白开水，对于大人来说很容易做到，但孩子可能有些难以坚持，这需要家长动一些小心思，对孩子说“早晨第一杯水是长个子水”、“早晨第一杯水是解毒水”等。听到这些话，孩子自然会端起水杯一饮而尽。早晨喝水要适量，约在200毫升左右即可，如果喝太多会影响早餐时的进食量。

增加新鲜感。张瑞说，购买水杯时让孩子自己挑选，用自

己喜欢的水杯也可以提起孩子喝水的兴趣，可以适当给孩子更换水杯。夏天尽量选购易拿、不易碎的杯子，冬天尽量选购保温杯，如果水温太凉孩子也不会喜欢喝。

协商政策。成人都爱吃冷饮，何况没有太强自制力的孩子呢？如果孩子一定要吃雪糕或喝冷饮，家长可以与其商量，气温高的时候一天只许孩子吃一根雪糕。

群体效应。孩子多数都有一个特点，就是看到别人干什么，自己也会模仿着干什么。张瑞建议，家长也要尽量少喝饮料，多饮用白开水。有饮茶习惯的家长，也可以适当给孩子喝一些茶水，但不宜太浓。

宝宝入园 提前“断奶”

□ 记者 李永高

每年夏天都会有一批宝宝被送进幼儿园。近日，有关专家提醒广大家长，打算让宝宝入园，就要抓紧当前这段“缓冲”期，对宝宝实施生理、心理“断奶”。

在位于凯旋路上的洛阳学生心理健康指导中心，记者遇到了苗女士。她的女儿已经两岁半了，这个年龄的孩子适不适合上幼儿园呢？身边朋友和同事，有的说送得越早越好，有的说3岁是最佳年龄。这让苗女士很困惑，不知到底该怎么办？

市妇女儿童医疗保健中心儿保科主治医师党桂娟建议，如果准备送宝宝到幼儿园，就要从现在开始注意对其进行针对性“培训”：适应能力，能基本适应集体生活，适应与他人共同活动；简单的生活自理能力，如独立吃饭，会穿脱简单衣物，能单独上厕所，至少在需要大小便时能主动向老师讲出来；能较

准确地表达自己的想法，不舒服时能说出或指出具体部位；良好睡眠习惯，作息较有规律；具有一定的安全意识和自我保护意识，遇到危险情况知道躲避。家长不妨先让宝宝上一段半天小班，适应一下。

“宝宝入园，最重要的是让他接触外面的世界。”市中心医院产科护士长董瑞珍说，在幼儿园里，让宝宝自己学着去交朋友，建立自己的交际圈子，让他体会家庭之外的快乐和悲伤等，而不要单纯追求他识了多少个字、会做几道题。从实际情况来看，儿童正常上幼儿园的年龄应该在2岁到3岁。

洛阳学生心理健康指导中心心理咨询师刘鹏从心理方面对宝宝入园发表了看法。他说，学龄前儿童心理发展要经历3个时期，0岁至1岁，1岁至3岁，3岁至6岁。其中1岁至3

岁阶段，是孩子生理和心理飞速发展阶段，其运动协调能力、语言发育会有质的变化。不应该单纯地以“年龄”作为入园时机的衡量标准，而应该看孩子的身体，特别是心理发育是否足够“成熟”，是否已经不再“恋母”，愿意融入一个新环境中去。在正式入园之前，家长可以

陪孩子先到幼儿园熟悉一下环境，消除“入园恐惧症”和“分离焦虑症”。

刘鹏提醒父母，当孩子的生理、心理发展已经达到了阶段标准，并且也为他们入园做好了充分准备，那就放下焦虑与担忧，带上孩子一同自信地迎接幼儿园新的生活。

