

火爆! 近300名家长已报名参加亲子课堂

周六,听中医儿科专家刘进录讲育儿经

□记者 曾宇凌 通讯员 尤云飞

如果用一个词来形容这场亲子课堂的受欢迎程度,记者想到的还是那两个字——火爆!截至发稿时,通过电话、亲子圈微信公众号、亲子圈微信群报名的家长,已有近300人,有的家长还打算从外地赶回来听课。当天的亲子课堂能容纳400人,想报名的家长朋友,要抓紧时间喽!

很多家长打电话问,这次,刘进录大夫讲什么主题?说感冒吗?讲发烧吗?聊辅食吗?圈主再吆喝一遍,这节课,刘大夫想跟家长们讲的是——小儿常见心理健康问题。

为什么讲这个话题?刘大夫的原话是这样说的,“这个话题不好讲,很少有大夫讲,也比较少被家长关注,我想试一试”。是的,当妈的总把更多的精力放在孩子有没有吃饱、有没有穿暖、身体有没有不舒服等方面,其实孩子的健康远不止于此,小儿心理健康真的不该被忽视。

就像刘大夫在手稿中提到的那样,“养儿育女,这个‘育’字,是指在养的基础上如何培养教育,作为家长,都希望儿女长得结实,成为身心健康、幸福的下一代,然而要做到这一点,谈何容易……”这份手稿,刘大夫已经三易其稿,每一稿都写了万余字,凝聚了他从医三十余载的独家育儿经,想现场聆听的家长朋友们,可要抓紧时间报名了。

● 亲子圈

● 圈主:

记者 曾宇凌



圈主二维码
13837976507



您以为孩子太胖是小事儿? 可别大意

儿童患Ⅱ型糖尿病 多是肥胖惹的祸

□首席记者 崔宏远 通讯员 牛然

■ 受访专家

李雪峰 河科大二附院内分泌科主任

西工区的小浩(化名)是小区里有名的“大胖小子”,最近,他的饭量没减,可看着明显瘦了,还总觉得浑身没劲儿。父母有点儿担心,带他到医院做了详细检查,小浩被确诊患了Ⅱ型糖尿病。

如何避免孩子加入Ⅱ型糖尿病的大军?孩子患病后该如何治疗?来一起看看专家怎么说。

“大胖小子”患上Ⅱ型糖尿病

8岁的小浩,身高不到1.4米,体重却超过100斤。

“一直以为孩子胖点儿好,真没想到会得这种病。”说起孩子患病的事儿,小浩的母亲面带愁容。她说,小浩从小就胖,平时爱吃零食,几乎顿顿都要吃肉,每顿还都吃得很多,他成了小区里有名的“大胖小子”。运动的事儿,几乎和小浩绝缘,跑不动、跳不高,一上体育课他就犯难。

最近,小浩总闹着说:“浑身没劲儿,爱犯困。”小浩的妈妈发现,小浩的脖子、腋下,皮肤有褶皱的地方颜色变深了,一道一道的,就像晒黑了一样,带他到医院检查,结果竟是Ⅱ型糖尿病。

高脂、高热饮食及运动严重不足是致病主因

李雪峰介绍,Ⅱ型糖尿病和不良的生活方式关系密切,高脂、高热饮食及运动严重不足,会造成儿童肥胖,也是儿童患Ⅱ型糖尿病的主要原因。

肥胖会让身体细胞对胰岛素的作用产生抵抗,也就是说,血液中的葡萄糖很难进入细



● 糖友圈

● 圈主:

首席记者 崔宏远



圈主二维码
13693830143

胞,为人体提供能量。为了克服这种胰岛素抵抗,维持血糖正常,胰腺就必须加大工作量,分泌更多的胰岛素以满足身体代谢需求。时间久了,胰岛功能不堪重负,致使血糖升高。

“出现肥胖的年龄越小,糖尿病的风险越大。”李雪峰介绍,很多家长不重视孩子的肥胖问题,总想着孩子长大就瘦了,让Ⅱ型糖尿病有机可乘。

皮肤有褶皱的地方颜色变黑,千万别大意

“小浩脖子和腋下皮肤变黑,也是糖尿病惹的祸。”李雪峰说,随着胰岛素分泌增多,会刺激皮肤有褶皱的地方变黑,不过Ⅱ型糖尿病的病程较长,一般皮肤颜色变化的过程较慢。

李雪峰提醒,儿童有超重、糖尿病家族史,母亲患妊娠糖尿病、孩子出生时超过8斤,都属于Ⅱ型糖尿病高危人群,一定要引起重视,必要时可咨询医生科学减重。

在治疗方面,为了尽快缓解病情、保护胰腺功能,一般建议儿童Ⅱ型糖尿病初发患者先使用胰岛素治疗,病情得到控制后,再服用口服降糖药。

参加遯博士健康体验营,他像换了一个人

“真不敢想啊,我像换了一个人。”66岁的张建宗说,他患Ⅱ型糖尿病已经15年,以前的他,每天要注射46个单位的胰岛素,即便按时用药,血糖还是会出现波动,有时空腹血糖高达11毫摩尔/升。

如果不是亲身体验,真不敢相信效果竟如此神奇。张建宗说,今年年初,他加入了遯博士健康体验营,经过一个星期的体验,他发现血糖降了下来,精神状态也明显不一样了。

“看到效果,我赶紧又继续参加了一个疗程。”张建宗说,经过42天的调理,他的血糖恢复到了久违的正常值,空腹血糖降到了6毫摩

尔/升,就连糖尿病足的病情都出现了好转。

张建宗认为,遯博士倡导的健康管理不是一个产品,而是一套方案。也就是说,通过健康的生活方式,对身体进行全面康复式调理,包括因人而异的餐单、全营养素餐包、适当温和的有氧运动和私人教练的全程陪伴,用简单、有效、舒适的方式解除慢性代谢类疾病的困扰。

“现在,我每天都会按照遯博士健康管理方案提供的餐单吃,每月做两次糖尿病相关指标检查。”张建宗说,建议糖友参加遯博士健康体验营(免费),在运动、饮食等方面进行调整,通过改变不良的生活方式获得健康。(王艺)



★ 重磅福利

现场将免费抽取非常抢手的刘进录免挂号就诊名额哦!

★ 亲子课堂时间

7月14日(周六)下午3点

★ 亲子课堂地点

洛阳东方医院7号楼2楼多功能会议厅

★ 专家介绍

刘进录,洛阳东方医院中医儿科副主任医师,擅长运用中医理论诊治小儿杂症、肠道疾病及急性慢性肝炎。在治疗方面,刘进录有独到之处,他的几个治疗小儿常见病的小秘方,既灵验又简单,很受欢迎,比如贴肚脐治疗小儿腹泻、吹喉散治疗小儿口咽疾病。这些小药方从挑选药材到研磨,都是刘进录亲自动手制作的,他也获得了“平民医生”的美誉,在洛阳妈妈圈里铁杆粉丝众多。

2018年1月,亲子圈联合刘进录举办了2018年首场亲子课堂活动,现场非常火爆,300余名家长冒雪前来听课。

★ 报名方式(任选其一)

- 1.拨打亲子圈圈主电话13837976507即可报名;
- 2.扫亲子圈圈主个人微信二维码,注明“我要参加亲子课堂,听刘进录讲育儿经”,圈主将拉你进亲子圈微信群,在群里按格式接力报名即可;
- 3.扫亲子圈微信公众号,注明“我要参加亲子课堂,听刘进录讲育儿经+姓名+孩子年龄”即可。

绘制 翔宇



亲子圈微信
公众号二维码