

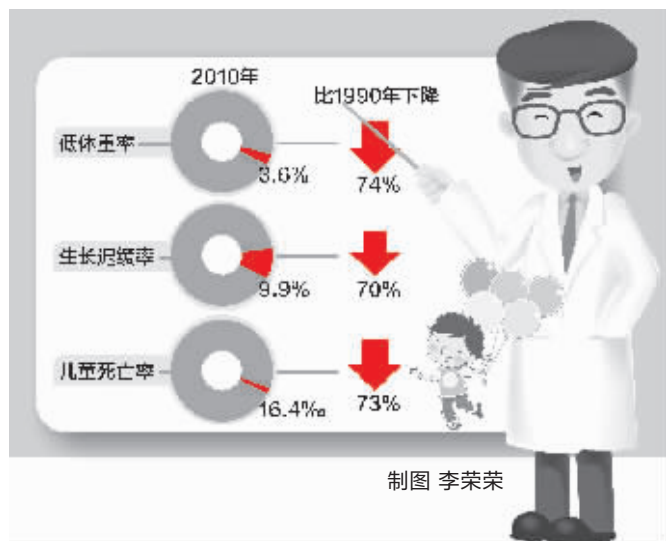
不能让宝宝输在起跑线上,这是很多家长的共识。因此,他们很注意孩子的营养搭配,而实际的效果如何呢?

昨天,卫生部发布消息,我国城市儿童(0~6岁)生长发育水平已经接近西方发达国家。现代快报记者了解到,其实早在2005年,南京地区儿童就已经达到了这个标准,但专家提醒说,这么多年过去后,在生长发育比较理想的同时,肥胖增多、体质变差等又成了新的问题。

□现代快报记者 刘峻

卫生部昨公布:我国城市6岁以下儿童生长发育水平已接近发达国家

南京娃发育水平7年前已接近欧美 同样的“底子”,体质或许差一截



数据发布

全国儿童生长迟缓率降7成

昨天,卫生部就《中国0~6岁儿童营养发展报告(2012)》有关情况进行了新闻发布。

卫生部相关负责人称,近20年来,我国儿童的生长发育水平不断提高。城乡不同年龄组的儿童身高和体重均有增长。目前,我国城市儿童的平均生长发育水平已经达到甚至超过世界卫生组织推荐的儿童生长标准,接近西方发达国家同龄儿童的平均水平。

据了解,儿童营养状况是衡量整个人群营养状况的最敏感指标,也是人口素质的基础,国际上通常将5岁以下儿童营养状况作为衡量一个国家社会发展的重要指标和关系到人类生存与发展的重要问题予以关注。有研究表明,从生命最初的1000天,即从怀孕到2岁期间的母婴营养影响人一生的健康。这一时期营养

不良给儿童带来的近期和远期危害是不可逆转的,也是不可弥补的。

报告显示,2010年,我国5岁以下儿童低体重率为3.6%,比1990年下降了74%,已经提前实现联合国千年发展目标1;生长迟缓率为9.9%,比1990年下降了70%;消瘦率为2.3%,长期保持在低水平。5岁以下儿童的低体重率和生长迟缓率低于多数发展中国家,与美国等发达国家的差距逐渐缩小。儿童常见微量营养素缺乏状况也有所改善,5岁以下儿童贫血患病率从2005年开始持续下降,从19.3%下降到2010年的12.6%。

2010年,全国5岁以下儿童死亡率16.4%,比1990年下降了73%,提前实现了联合国千年发展目标4。

南京孩子营养问题依旧不少

据南京市儿童保健所所长童梅玲介绍,目前南京最新的调查是2005年的一次,当时的调查情况显示,0~7岁儿童生长发育已接近世界卫生组织推荐标准,也接近西方发达国家同龄水平。从全国排名来看,南京儿童的营养状况处于“中上等水平”。

专家介绍,男女儿童的各阶段体重与身高的平均增长速度,和年龄增长呈反比。出生第1年体重增长6~7公斤,身高增长25~28厘米;第2年体重增长2.5~3.0公斤,身高增长12~13厘米;学龄前期平均每年体重增长约两公斤,身高增长约7厘米。3月龄的体重约为出生体重的2.1倍,1岁时达到出生体重的3倍以上,两岁时约为出生体重的4倍。

专家介绍,对20年间南京儿童体重及身高的增长率进行比较发现,无论是男童还是女童,无论是城区还是郊区,各年龄组后10年(1995~2005年)体重与身高的增长率均高于前10年。尤其

是儿童3个月内的体重应该是变化最明显的,就现有的资料来看,是以前增长的两倍。

不过,童梅玲也表示,“南京的情况应该说不错,因为一味追求身高、体重发育,超过生长标准,肥胖率容易增高。”昨天,记者从省妇幼以及南京市妇幼门诊了解到,近两年,城市消瘦或者低体重的孩子数量确实有减少的趋势,除了一些疾病以及其他原因,因为经济因素导致儿童消瘦的更是少之又少。与此同时,因为营养问题,而来就诊的孩子仍非常多。

“我现在每个月门诊要看400~500号人,其中最多见的仍然是营养问题,与前10年相比,最明显的改变,就是由营养不够变为营养不均衡,或摄入过多或偏食摄入不够。”江苏省妇幼保健院儿保科主任秦锐表示,这其中的原因也是多方面的,比如门诊碰到城市孩子消瘦,多是由于不正确的母乳喂养导致的。

病号扫描



两岁半娃娃竟得了脂肪肝

童梅玲说,生长发育过快肯定不是太好的事情,南京儿童近两年的肥胖率在迅速增加,大约稳定在10%左右。

南京儿保所前年接诊过一个孩子,两岁半就患上了脂肪肝,据家长介绍,孩子平时每个星期都要去吃炸鸡腿、甜筒,而且胃口特别好。最多的时候,小家伙一顿吃了8块鸡翅和两大块鸡块。

更令人吃惊的是,南京接诊

的脂肪肝患者,年龄最小的只有10个月大。

由于肥胖孩子增多,以前不曾出现的疾病如今也在儿童身上体现出来了,比如X形腿。南京营养专家告诉记者,以前幼儿的X形腿多数是佝偻病所致,现在城市儿童这类疾病要相对少点,发现不少肥胖及扁平足的孩子容易变X形腿,这是因为下肢承受过重的体重所致。



锻炼少,5岁男孩病史有3年

昨天在市中医院儿科,李女士非常苦恼,因为正在上幼儿园的5岁孩子,看起来不胖不瘦很精神,但动不动就咳嗽、气喘,病史已经有三个年头了,成了个“老病号”,体质非常差。

“每次吃几天药就好了,可是过段时间遇到天气变化,或者是在幼儿园和小朋友玩累了,就很容易又发了。这两天幼儿园搞了个小小运动会。儿子没跑多远就

气喘吁吁,没有坚持跑完,连班上的女同学都不如。晚上回家后还咳嗽了起来,咳了一夜,饭也吃不下,不得不又来看病。”

南京市中医院儿科专家唐为红介绍,这个孩子病因是咳嗽变异性哮喘,但最根本的原因就是缺乏锻炼,抵抗力太差。秦锐说,孩子生长发育不错,但是体质不行,肺活量不行,跑步弹跳也不行。”



爱吃肉,10岁孩子患夜盲症

别看南京的孩子营养好,但医院曾经接诊过一个罕见的10岁夜盲症患者,专家推测与长期营养不均衡有关系。

这名孩子起初有眼干、夜里看不清东西的症状,诊断为夜盲症后,家长甚至都不敢相信。进一步检查更是发现,该患儿的夜盲症是由于缺乏维生素A导致的。医生通过询问发现,张女士的儿子偏爱吃肉,对很多富含维生

素A的蔬菜、水果却不感兴趣。

专家指出,人体所需的微量元素对儿童的生长发育起着极为重要的作用,如维生素A有助于维持暗视力,可预防夜盲症,胡萝卜、西红柿、鸡蛋、牛肝和猪肝、鱼肝油和牛奶等大量食物中都富含维生素A;钙有助于儿童骨骼和牙齿的发育,牛奶中含有丰富的钙;锌有助于增强人体的免疫能力和智力发育。

焦点关注



面对矮自己一头的俄罗斯孩子,中国小学生还是惨败 资料图

发育好是不是等于体质好?

去年,有媒体报道了北京一个小学生足球队惨败于俄罗斯一个小学生足球队的消息。

据报道,中国小学生的身高体重都优于俄罗斯孩子,但在球场上却气喘吁吁跑不动,根本跟不上对方的节奏。

问题由此而来,现在中国儿童发育水平接近发达国家,是不是就意味着今后长大了体质就一定很棒呢?

专家否定了这个说法,0~6岁的身体发育好,只是指身高、体重、头围等指标。这只能说明营养摄入水平的高低。

而我们所称的体质,往往是指体格发展水平,要求耐力、弹跳力、协调能力,而这些都需要通过一定的锻炼才能获得。

从目前门诊来看,即使是0~6岁的儿童营养好,生长发育好,现阶段已经出现了不少弹跳力差、耐力不好的现象,这主要与家长抱着多,城市儿童活动量偏少有关系。

目前中小学生学习压力过大,别说锻炼时间,就是有的睡眠时间都不一定能够充分保证,大部分孩子每天写作业要写到晚上十点,写得慢的要熬到十一点、十二点。一天下来,孩子们最大的感受就是“累”。

专家表示,当下各中小学存在一种现象,体育课常被文化课挤占,跳绳、单杠、鞍马、爬杆等项目因存在安全隐患逐渐淡出课堂,这些都在影响着孩子的体质。