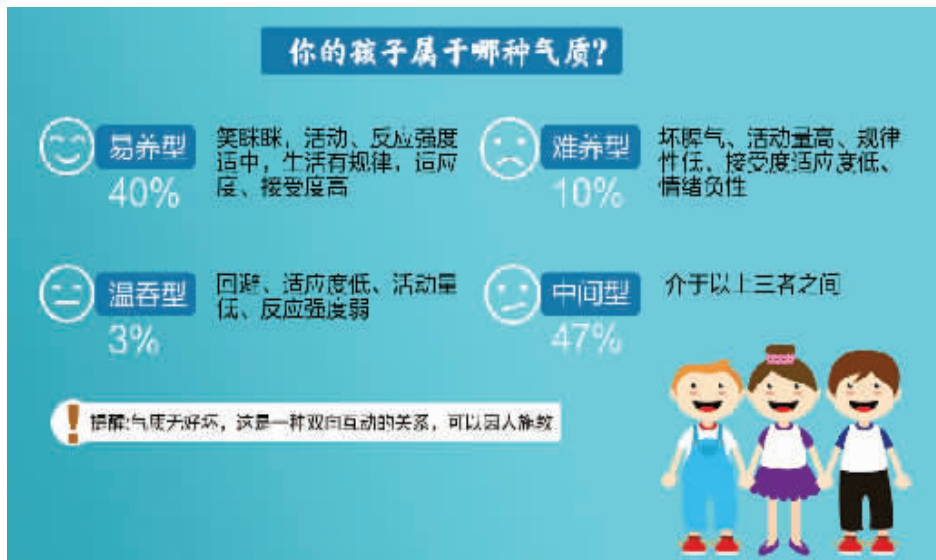


3月14日,南外附属幼儿园的600多位家长,上了一堂特殊的家长课。园方请来了南京脑科医院主任医师王民洁,她是儿童心理学专家。她告诉家长应该如何陪孩子一同成长,很多家长听后觉得受益匪浅。统计显示,有40%的孩子属于易养型,这类孩子总是笑眯眯,生活有规律,但也有10%的孩子,气质天生属于难养型,爱调皮捣蛋,让人头疼。不过,家长不要太着急,这些可以通过后天的环境教育,加以改善。

现代快报/ZAKER南京记者 刘峻

天生的!一成孩子属于难养型气质

不过医生也说了,家长不要太着急,因材施教可以扭转



孩子的气质是天生的

王民洁说,孩子天生的气质没有好坏之分,但是教育最好因人施教。统计显示,有40%的孩子属于易养型,这类孩子总是笑眯眯,生活有规律,对新环境适应能力强,接受度高。有10%的孩子,属于难养型,这就是人们常说的调皮捣蛋王了,不仅脾气坏,而且接受度和适应度比较低。还有3%的孩子属于温吞型,总是对一些事物采取回避的态度,不爱活动,反应也比较弱。还有47%的孩子,属于“中间

型”,也就是说,介于以上三者之间。

南外附属幼儿园杨雪萍园长说,在幼儿园里,孩子性格就很容易体现出来。“有的孩子热情、开朗、深受老师和同伴喜爱;有的孩子多动、缺乏自我控制力,常具有攻击性行为;有的孩子缺乏自信,个性怯懦等……”

“都说三岁看老,其实也未必,大约60%的孩子是可以通过后天环境以及教育,加以改变。”王民洁说。

抓住孩子幼儿期教育

很多人都将孩子成长时期简单分为上幼儿园、上小学等,其实,幼儿不同时期,每过一两岁,心理都会发生微妙变化,作为家长需要仔细观察,找到教育的步点。

婴儿期0-1岁,这个时候孩子就能产生信赖和不信赖的心理变化。“这个很容易理解,影响孩子心理的,往往是带孩子比较多的人。这个时候,让孩子学习信赖别人。”王民洁说。

等到1-3岁,这个时候孩子会形成羞

愧怀疑的心理,家长要注意不要伤害孩子的自尊心,注意培养孩子形成宽容和自尊的人格,适应有规则的社会。既要给儿童适度的自由,又要对儿童的行为有必要的控制。“孩子做错了事,不要斥责,要勇于鼓励,如果一味斥责,孩子容易形成怯懦的心理。”王民洁说。

学龄前期3-5岁,这个时候重要的关系人物是家庭成员,需要让孩子保持好奇心 and 兴趣,让孩子对未知的东西感兴趣。

不应期望孩子天生具备大量美德

对于孩子幼儿时期的教育,王民洁给出了办法。

父母不要做的事包括:父母不要榨干自己和孩子的时间;别用电视和电玩养孩子;不要在自己情绪很糟时教育孩子;不要期望孩子天生就具备大量美德;永远不要放弃孩子。

父母可以倾听及陪伴,协助孩子了解自己的情绪,也可以提供方法、讨论可行

性,还可以实地演练。

王民洁说,在日常中,经常碰见父母错误的方式和对话,对孩子心理成长也有影响。比如,为了强化孩子的害怕,有的父母会说“你不乖我就叫警察来抓你!”“你不吃饭,叫医生来打针。”有的父母为了让孩子否认害怕的感觉,会说:“那是假的啦。”“蚂蚁有什么好怕的”等。

学习做父母,也是门学问

杨雪萍园长告诉记者,其实如何做父母,是门学问:“年轻的家长们可能还没有意识到自己在培养孩子方面出了问题,还有部分家长则是不知道该教育孩子。现在家长把注意力更多地放在孩子的身体健康以及学业成绩方面,却忽视了孩子

的心理健康问题。尽管幼儿园也在这些方面进行了探索,比如接纳一些特殊的孩子等,但仅仅靠一所幼儿园,两三个老师,是远远不够的,还需要家庭以及环境的重视与配合,这也是我们把学生家长请来上课的重要原因。”



子宫肌瘤是育龄女性最常见的一种良性肿瘤,常见于30-50岁左右的妇女,而近年来越来越多的年轻未婚女孩也患上了肌瘤。由于很多子宫肌瘤患者没有明显症状,很多女性不能及时察觉,也就不会给予重视而造成严重的后果。南京市红十字医院妇产科主任陆乐提醒,患上子宫肌瘤,需要及早治疗。如果子宫肌瘤不大,可采取药物保守治疗。如果子宫肌瘤过大,则需要手术治疗。

通讯员 支晓丽 现代快报/ZAKER南京记者 刘峻

三类女性更易患子宫肌瘤

手术取出近5斤重的肌瘤

陈女士今年50多岁,18年前她因子宫肌瘤,在乡镇卫生院做了“子宫肌瘤剔除术”。两年后,她复查B超再次发现子宫肌瘤。由于当时直径较小,一直未予重视。后来,陈女士发现自己月经量增多,尿频,肚子慢慢隆起,摸起来感觉还硬邦邦,像怀孕了一样,于是来到南京市红十字医院就诊。经检查,陈女士子宫内有一巨型肌瘤,需要立即进行手术。在红十字医院妇产科陆乐、韩菲,南医大二附院妇产科陈红霞主任共同协作下,手术取出了近五斤的肌瘤,解决了患者的烦恼。

陆乐告诉记者,像陈女士这样“怀”有这么大的肌瘤,严重伤害到了子宫,只能被迫切除子宫。一般来说,肌瘤越大,手术时子宫的损伤越大,怀孕时,生产时子宫破裂风险增加。肌瘤还可能对妊娠及分

娩造成影响,如黏膜下肌瘤会影响受精卵着床,导致早期流产等。

三类女性更易患此病

南京市红十字医院妇产科主任陆乐介绍,近年来,随着女性的工作压力和生活压力越来越大,子宫肌瘤越来越青睐三四十岁的青中年女性,并且低龄化、白领化发展趋势明显,特别是未育、性生活失调和性格抑郁这三类女性更易患此病。

子宫肌瘤初期病状很难发现,通常要等到肌瘤变大、变多时才会有所觉察。为了健康考虑,陆乐主任建议女性每年最好都到医院做一次B超检查。不过,即使出现子宫肌瘤也不一定需要手术,子宫肌瘤虽然是肿瘤,但是有其特殊性,那就是它的低恶变率和高复发率。低恶变率使患者有更多的时间选择治疗的方法,而高复发率则使那些试图保留子宫的患者需要承担更大的风险。

远离富含雌孕激素食品

特别要指出的是,良好的日常饮食结构和生活习惯,在一定程度上会对子宫肌瘤有抑制作用。那么,患了子宫肌瘤的女士在饮食上要注意哪些问题呢?记者了解到,雌激素是子宫肌瘤发生的重要因素之一。此外,孕激素也有促进肌瘤增生、刺激肌瘤生长的作用。

陆乐说,女性平时饮食要按时按量,切忌暴饮暴食;饮食以高蛋白、高纤维和低脂肪为原则;尽量少吃油炸和烧烤等油腻食物,少喝饮料。需要提醒的是,子宫肌瘤患者的饮食调整只是一个辅助手段,不能代替药物等治疗。患者一定要定期复查,及时治疗,以免延误病情。同时,还要注意调节情绪,保持乐观开朗的心情,避免过于烦闷和过度劳累,这样才有利于疾病的治疗和生活质量的提高。

不带医保卡也能看病 南医大二附院可脱卡支付

快报讯(通讯员 陈艳萍 张稣 记者 任红娟)对于医保患者,看病必须带医保卡,可万一忘带了,怎么办?日前,记者从南京医科大学第二附属医院了解到,为了方便广大市民看病,该院推出了医保脱卡支付便民举措。

记者了解到,南医大二附院从1月起开始试行医保脱卡付,从试行的效果来看,无论是患者还是本院职工,都纷纷点赞。医保脱卡付的流程并不复杂,只要进行绑定并授权,同时开通在线支付功能即可。具体流程如下:

进入“我的南京”APP,在健康·医保支付中选中南医大二附院,选择就诊院区并授权,再次进入“我的南京”APP,开通医保在线支付功能,社保卡信息将自动添加到持卡人管理版块中。如此,无论是挂号还是缴费又或者查询检查检验报告单,都可以在APP上完成。与此同时,家长也可以开通未成年子女的医保卡,通过添加南京同一户口的子女姓名、身份证号即可开通。

据悉,目前脱卡付主要针对两类人群:1.南京市(三区两县)享受普通门诊统筹待遇的职工医保,门慢、门特、生育除外。2.南京市居民医保(包括儿童医保)。