

妈妈注意：分床太晚的男孩易早熟

育儿新知

开窗行车,当心宝宝被震聋!

文/宗和

秋高气爽的日子里,很多家庭喜欢在行车时摇下车窗,纳入新鲜空气的同时也方便宝宝看风景。可你知道吗,“天窗夹死男童”的事件虽极具偶发性,但开窗行车时的巨大噪声,对于耳道发育尚不成熟的婴幼儿却是危害极大的。

曾有媒体记者做过测试:家用轿车以20km/h的速度行驶时,在关闭车窗的情况下噪声值约为68分贝,车窗开启后约为79分贝。车速提升至54km/h后,关闭车窗时的噪声值相差无几,但开窗时达到约87分贝。噪声来源主要有发动机声、风噪声、路面摩擦声等,且车速越快车内噪声越大。而车辆行驶至闹市区遭遇堵车时,闭窗情况下测得噪声值约为73分贝,开窗时约为89分贝。测试结果表明,车窗大开的汽车在高速行驶和遇到堵车时,噪声均可达到85分贝以上。

医学界认为,长时间身处85分贝以上的噪声环境,耳聋发病率会明显增加。除听力损伤外,噪声还会对心血管系统和神经系统造成损害,引起情绪不稳、心跳加快、血压增高等症状,还会使唾液、胃液分泌减少,胃酸降低。

由于婴幼儿对声音的感应比成年人灵敏,受噪声危害也就更严重。如行驶中的车辆噪声值较高,婴幼儿坐在车里就有患噪声性耳聋的危险。若长期受噪声刺激,还可能产生头痛、头昏、耳鸣、情绪紧张、记忆力减退等,引起精神萎靡、烦躁不安、消化不良、食欲不振并使内分泌发生紊乱。也就是说,车内噪声不仅可能损伤婴幼儿听力,还可能妨碍其身心健康与智力发育。

因此,若机动车内载有婴幼儿,建议低速行驶,关闭车窗。还可给婴幼儿使用专用耳罩、耳塞等。

医师坐诊

宝宝“口气大”可防可治

文/禹晶晶(湖南省儿童医院急诊科)

孩子口臭是困扰很多家长的难题,应提早预防和及时治疗,以下防治口臭的方法供大家参考:

一、正确合理用药:口臭严重的孩子可先至医院查明原因,在排除消化不良、龋齿以及鼻腔、口腔、牙周炎症等疾病后,再进行有针对性的治疗和药物调理。待原发疾病治愈,口臭会自行消失。治疗期间要正确、合理用药,可在医生指导下配合以白茅根、芦根、薄荷、藿香、佩兰、干松等中药材煎液,或选择1%的双氧水、2%的苏打水、2%的硼酸水等其中一种含漱,均能减轻和消除口臭。

二、少吃甜食:饮食要规律化,保证营养均衡,勿让孩子吃不洁净和变质的食物,也不要偏食或暴饮暴食;建议不要吃太多零食、甜食,特别是睡觉前不要吃甜食;适当地多吃些水果、蔬菜,补充纤维维生素和维生素,以促进肠道蠕动,减少宿便,在防治胃肠和口腔等疾病的同时也可防止口臭发生。

三、养成多喝开水的习惯:尤其是那些爱吃零食的孩子,一定要养成饭后用凉白开或淡盐水漱口的习惯,并适当地多喝开水。肠胃功能好的孩子,喝凉开水是最好的,能保持口腔湿润和环境清洁,减少口腔疾病发生。

四、注重食具的清洁消毒:哺乳婴幼儿发生口臭多是由于母乳喂养方法不当引起的,因此妈妈的乳头要经常清洗。不再吃母乳的孩子,所用食具、奶具等也要经常清洁消毒。

五、提早培养孩子刷牙:3岁以下的孩子可使用清水或淡盐水漱口,即在每次进食后及每天晚上,注意给孩子喂温开水或漱口,以起到冲洗口腔的作用。等孩子3岁后,就要开始教会他正确的刷牙方法了。

今日女报/凤网见习记者 李旦 实习生 陈思伊

毫无疑问,亲子圈中近来最热门的话题非《爸爸去哪儿》莫属。早在第一集,就有眼尖的观众发现了一个好玩的情况——导演组一早分头登门接人时,4岁不到的Angela(王诗龄)小妹妹独自酣睡,5岁多的天天(张悦轩)哥哥却是和爸爸赖在一个床上……并由此引发大讨论:“到底该在孩子几岁时分床睡?”

今日女报/凤网记者随即展开调查,发现“几岁分床”是很多妈妈都感到头疼的难题。因为头疼,有些家庭奉行“拖字诀”,一拖拖到孩子都七八岁了还没能完成这项“工程”。而亲子专家的意见是,在孩子3岁后就该考虑分床了,尤其是男孩,分床太晚将有可能导致性早熟。



案例

5龄童当众嗔怪“爸爸晚上欺负妈妈”

“爸爸最讨厌了,每次从邵阳回来,晚上都会欺负妈妈。”几天前,儿子小迪一句不经意的“吐槽”,不仅让刘女士臊得恨不能当场找条地缝钻进去,过后还屡屡被友人们打趣、玩笑。

“小迪已经5岁了,一直没分床的原因除了孩子自身很抗拒外,也因为他爸被单位派驻在邵阳工作,一般要周末才会回家。我就想,母子俩晚上做个伴也挺好的。”谁知数日前的一场聚会上,刘女士尝到了自以为“挺好”的恶果:席间有人逗小迪玩,问他“爸爸去哪儿啦”,小迪回答之后顺嘴来了句对爸爸的抱怨,惹得一桌子人面面相觑几秒后爆发出哄堂大笑。

刘女士称,每个周末的晚上,自己两口子都会特意等小迪睡着后才上床。“以为孩子睡得很沉,没想到……”这件事后,刘女士突然意识到“5岁大的孩子,对很多东西其实已经懂非懂了”。

这又让刘女士联想起了之前的种种细节,比如每次小迪见到爸爸回家都会特别高兴,晚上还一定要爸爸陪着入睡,可次日早上却总会换成一脸敌意,问他什么原因也不说。据刘女士回忆,“这种情形差不多从他3岁时就开始了”,但自己与丈夫一直没怎么在意,以为是孩子的“起床气”作怪。

这回,刘女士认为终于找到“孩子一觉醒来后对爸爸态度明显转变”的原因了。“以前一直觉得让孩子跟大人睡没什么不好,反正老公偶尔才回家歇两晚,也不会造成什么影响。现在看来,其实影响早就已经产生了。”刘女士决定,当务之急是赶紧分床,“已经给孩子布置好了房间,准备这个周末就实施!虽然孩子依旧很抗拒,但没办法,因为再这么下去会对他的成长不利。”

链接>>>

《妈妈陪睡过久,男孩爱“染指”姐姐内衣裤》

13岁的明明近两年有一些奇怪的变化。“他姐姐的内裤常常被弄脏。”明明妈很无奈地说,她猜是儿子干的,但每次询问,儿子不否认也不承认,就是不吭声。今年,在儿子的手机里还出现了不良视频。而明明妈表示,儿子是直到10岁才跟她和丈夫分床睡的。

专家认为,分床太晚且父母对性教育重视不够的话,进入性好奇期后的孩子就有可能通过一些其他途径,如看不良视频、偷窥、早恋等来满足生理欲求,严重者还可能产生病态心理。(摘自摇篮网)

调查

“何时分床”“凭感觉”,

3-5岁是主流

究竟湖南的家长倾向于待孩子多大时与之分床呢?今日女报/凤网记者在“湖南妈妈群”中展开了调查。

“家有男娃4岁了,正在纠结要不要分床睡,各位妈妈能否给点建议?”记者的“求助”发出后,很快,热心的网友们就开始建言献策:一位网名“邵阳妈妈”的网友认为“4岁早了点,我家的5岁才分”;“莲妈咪”则表示“这个随便什么时候吧,关键要看孩子愿意不,我们家这个就死活不愿自己睡,结果一直拖到7岁才分床”;“还是早点好。我崽两岁多点就和我分开睡了,主要怕对孩子造成不好的性引导。”自称曾学过儿童心理学的“蜻蜓点水”则主张趁早;其它五花八门的答案还包括“4岁”、“我家的8岁”、“一岁多”……

记者统计后发现,参与“分床”话题讨论的妈妈中,有近80%的人选择在孩子3-5岁时与其分床,15%的人选择在5-10岁期间,5%的人选择在10岁以上。95%的妈妈们表示其实并不知道几岁分床才合理,完全是“凭感觉”以及与孩子“斗争结果”。

专家

“3岁分床、6岁分房”较为理想

“通常,孩子到3岁左右就有了最初的性别意识,心理发育处于一个重要阶段,因此一般3岁左右分床睡、6岁左右分房睡是比较恰当的。”长沙幸福泉心理咨询中心心理专家陈明明认为,“及时分床”好处多多,首要的一点是有助培养孩子的自理能力,如睡前准备、自己盖被、早上自行起床等。而“习惯了自己照顾自己后,对其它行为规范也会更容易接受,这对形成独立的人格很有帮助。”

其次,“分床入睡还有助于孩子消除恐惧心理(如怕黑、怕怪物等),并逐渐学会从父母之外的其它途径来获得安全感。”陈明明进一步分析称,“这对于孩子尽早适应社会、成年后更好地融入社会有着重要意义。”

“爸妈在线”湖南心理中心主任、亲子导师颜屹嵩则主张“因人而异”:“没有规定表明一定要在什么年纪分床睡,也很难说什么年纪就是最好的时机。建议每个家庭根据孩子的心智发育情况做灵活机动的选择。”但颜屹嵩同样认可“3岁为宜”。

分床太晚,可能导致性识别障碍

“(孩子)长时间与父母同床而眠,有可能滋生恋母或恋父情结,甚至成年后出现性识别障碍,即对自身性别的行为认识与真实解剖特征相反。”陈明明认为,3岁左右、已有初步性意识的孩子继续与父母同睡一张床,不仅会影响父母的“私人空间”,更重要的是会影响到孩子的性心理发育。“性心理的形成和发育是个长期且特别复杂的过程,易受日常环境中各种因素的影响,特别是父母的言行举止会对孩子产生极大的‘示范’作用。”

至于孩子明明到了可以独立入睡的年纪却仍执意不肯分床的情况,颜屹嵩判断称,这往往是由于安全感不足。“安全感不足会造成孩子不愿独自接触外部环境,同时在一定程度上抗拒长大。”而对于孩子来说,安全感最主要的来源一是父母关系稳定,二是妈妈情绪稳定。

分床别盲目求快,多爱抚和陪伴

在很多妈妈看来,“分床”都是场痛苦的持久战,往往把大人、孩子都折腾得苦不堪言。对此,颜屹嵩的建议是:“得有足够耐心,别强求一步到位。”这是因为小孩子都有不同程度的分离焦虑,必须给出一定的过渡期,才不会让他们产生出“爸妈不要我了”的恐慌感和孤独感。

那么,如何缩短环境的不适期、尽早实现顺利分床?颜屹嵩支招:家长们应给予孩子更多陪伴和关爱,如睡前故事、抚触,给怕黑的孩子暂时留盏小夜灯等,都有助于孩子入睡;带孩子去那些已与父母分床的小朋友家玩,当面夸奖那个小朋友“真勇敢”;让孩子参与到自己房间的布置中,令其对新环境产生成就感和新鲜感……

“最初几天,有些孩子可能会在父母费了很多工夫以为‘安顿好了’之后,一转背就跑到父母床上,或者半夜醒来偷偷溜到父母床上赖着不走。”遇到这种情况,陈明明提醒妈妈们“切不可心软,否则易前功尽弃。应耐心地把孩子劝回自己床上,并多做鼓励,实在不行,可陪孩子重新入睡后再离开。”

生活中经常可见这样的场景:男孩子差不多有妈妈高了,却还喜欢和妈妈牵手,或者亲妈妈脸颊——虽说母子感情融洽是好事,但随着孩子的渐渐长大,妈妈应逐步减少亲昵行为,如过多地亲吻、拥抱和抚摸身体等,“特别是当男孩子进入性萌动期,对异性产生越来越浓厚的好感和好奇心后,与母亲有过多身体接触易产生不正常的依恋关系。”