

编者按



生活中，你和孩子斗智斗勇过吗？家长绞尽脑汁想让孩子听话、懂事，希望他成为自己心目中“完美”的孩子，但有的时候并不如愿。父母之爱子，则为之计深远。为什么我们很爱孩子，孩子却离我们越来越远？

今日女报 / 凤网全媒体专栏《辣妈研习院》全新升级。每周一期，聚焦网络热点亲子教育话题，特邀亲子专家细致剖析孩子的成长问题，缓解育儿焦虑，助你用智慧和爱陪伴孩子成长。

家庭教育·咨询互动类栏目

辣妈研习院



亲子专家 王建平博士

好好读书，还是当网红 #
孩子想当“网红”，家长该支持吗

“双11”刚刚落幕，“网红”李佳琦和薇娅又双双创造了销售奇迹。直播经济作为新时代网络发展下的一种产物，大小主播们为圈流量、博打赏，可谓“各显神通”。“网红”们名利双收又光鲜亮丽，成为了不少孩子心目中的偶像。

近日，知乎上一位妈妈求助，读初中的女儿，成绩不太好，一门心思钻研怎么拍视频上热搜，扬言想当“网红”。这位妈妈忧心忡忡，不知如何应对。

其实，有这种想法的孩子不在少数。据中国社科院发布的《青少年蓝皮书：中国未成年人互联网运用报告(2020)》显示，当代未成年人未来想从事的职业中，明星、游戏玩家、网红等排名相当靠前，超过了科学家、医生和工程师。而社交平台上，未成年网红也不少见。那么，孩子想当“网红”有错吗？

想当“网红”没错，家长回答有讲究

孩子们的志向往往是现实的反映。对于“长大后想做什么”这个问题，50年前答案可能是“工人、农民”，30年前可能是“科学家、工程师”……时代在发展，职业理想也随之变化。在职业选择越来越多的情况下，“网红”作为一种，原本无可非议。

但目前的问题是，在这个职业中，既有职业道德、能传递社会价值的“网红”，也有靠哗众取宠，靠秀颜值、秀身材，或推手操纵的“网红”。家长们真正担忧的，恐怕是通过“歪门邪道”而一夜成名的扭曲价值观对孩子的渗透。

当孩子说想当“网红”时，家长千万不要急着去否定或反对。无论如何，孩子的梦想应该得到尊重、得到倾听。毕竟，在每一个关于自身未来的想象中，都包含着孩子们独特的兴趣与热情。与其简单地否定和反对，倒不如来一场深入的交流与沟通。

家长不妨跟孩子一起研究一下“网红”为什么能红，这不仅能拉近和孩子之间的关系，也是潜移默化地对孩子进行职业精神的教育。“网红”作为一种职业也和其他职业一样需要学习、累积和付出。

一年365天，李佳琦直播的天数高达389场。忙碌的时候，他一天连续工作长达十几个小时；李子柒一条视频要

拍上好几个月甚至一年，这期间她还要不断地拜师学艺和勤学苦练。家长可以引导孩子看看所有光鲜亮丽的背后，都有不为人知的艰辛困苦。努力是任何职业取得成功的必备要素。

家长还不妨跟孩子分析一下什么样的人才能成为长久的“网红”。那些仅靠颜值或哗众取宠获得流量的“网红”是不是有长久的生命力？如果想当专业的内涵“网红”，是不是就必须要有专业、有货真价实的内容才能吸引得了粉丝？那么，从现在开始，是不是就要先好好学习，然后培养自己的兴趣爱好，再进行深入地钻研？是不是只有够有“料”，将来才有机会在众人面前秀一秀？这样探讨式的交流，我想孩子会乐于打开心扉沟通的。

有些孩子想当“网红”背后还有一些其他的心理需求。比如，也许是因为爱美，也许是求关注，甚至是觉得可以轻松赚钱不用高考上大学。

实际上，孩子的梦想往往并不可怕，让人担心的反而是大人的激烈反应。想当“网红”可能只是孩子表达心声的一种方式，听不出弦外之音，就无法“对症下药”。与其说教劝阻，不如一起走近真相，要知道，大人和孩子之间的一切分歧同时也是彼此沟通和理解的机会。

亲子宝典

宝宝不停挠耳朵，当心进了异物

文 / 曹玉林

(湖南省儿童医院耳鼻喉头颈外科)

小宝宝身体不适时，会通过哭闹或一些肢体动作表达出来，也会尝试自己动手解决一下。当宝宝不停地挠耳朵时，就要当心是不是有异物进入。宝宝天性好动，玩耍时可能会将一些小物件塞进耳朵；户外玩耍时，偶尔也可能有小虫钻进耳朵。细小异物入耳会让宝宝感到耳部不适，异物较大时，不仅会引起耳部疼痛，还可造成耳道感染，甚至影响听力。因此，如果宝宝的耳朵里面有异物，孩子比较小不懂得配合，家长不要随意给孩子掏耳朵。一不注意，很有可能会导致耳道黏膜破溃，甚至会出现鼓膜穿孔。最好带着孩子到医院耳鼻喉科进行检查，医生会根据异物的大小、具体的位置采取合适的方法取出。

宝宝腮腺炎能吃什么

文 / 陈钰(湖南省儿童医院疑难综合病房)

小儿腮腺炎宜吃流质或半流质的食物，也可吃带有消炎作用的食物，如绿豆、丝瓜等。日常要多喝温开水和淡盐水。1. 饮食宜清淡，咀嚼吞咽的流质。如米汤、藕粉、桔子水、新鲜的水果汁、蔬菜汁、西瓜汁、梨汁、甘蔗汁、胡萝卜汁及牛奶、鸡蛋花汤、豆浆等。这种情况下，大多数的水果都是可吃的。腮腺炎患者最宜食用凉性水果和部分温和中性水果，如香瓜、西瓜、梨、香蕉、苹果、柚子等，不方便吃也可榨汁喝。不要吃热性水果如：大枣、山楂、樱桃、石榴、荔枝、榴莲、木瓜、橘子等。2. 病情好

转尽快改食半流质及软食。但必须细、软、烂易咀嚼吞咽。3. 可多食香椿头、马齿苋、茼蒿、绿豆、赤豆、丝瓜等，可绞汁服用，也可外敷。

几点帮助宝宝预防鼻出血

文 / 邓绍阳(湖南省儿童医院血液内科)

1. 多吃富含维生素的食物。家长要培养宝宝不挑食不偏食的饮食习惯，多吃些蔬菜水果，多吃些富含膳食纤维的食物，更要多喝水，丰富均衡的饮食让宝宝吃得开心，更远离病症。2. 避免外力外伤。宝宝对外界的事物总是抱有好奇心，当宝宝在玩耍时，家长要尽可能避免宝宝受外力撞击，宝宝走路尚未平稳时，不要让其独自一人玩耍，以免受伤。3. 培养宝宝良好习惯。感觉鼻子痒的时候宝宝总会用手抠鼻孔，家长要告诉宝宝这是不卫生的行为，很容易导致鼻黏膜受损出血。家长在日常生活中可时不时科普，让宝宝从小就养成不抠鼻的良好习惯。4. 注意室内湿度及良好作息习惯，这也是预防宝宝流鼻血的重要方面。

1岁宝宝咳嗽吃什么药

文 / 贺曼(湖南省儿童医院呼吸内科)

一岁宝宝咳嗽要引起重视，及时去医院检查，排除炎症。秋冬季节，咳嗽很容易引起呼吸系统炎症。如何消除炎症？在医嘱下，给宝宝服用小儿止咳化痰口服液、护彤等药物治疗。另外，可适当吃些润肺的食物，比如萝卜、梨等。一岁宝宝一般不适合使用中枢性镇咳药，比如咳必清、咳美芬等。婴幼儿的呼吸系统发育尚不成熟，咳嗽反射较差，气道管腔狭窄，血管

丰富，纤毛运动较差，痰液不易排出。如果一咳嗽便给予较强的止咳药，咳嗽虽暂时得以停止，但支气管平滑肌的收缩蠕动功能受到了抑制，痰液不能顺利排出，影响呼吸功能。小儿咳嗽适合选用兼有祛痰、化痰作用的止咳药，糖浆优于片剂。糖浆服用后附着在咽部黏膜上，可达镇咳目的。

宝宝睡觉打鼾，可能要看扁桃体

文 / 李丽

(湖南省儿童医院耳鼻喉头颈外科)

如果宝宝睡觉时打鼾的症状十分明显，且长期打鼾，这种情况一般是由于扁桃体肿大导致的。扁桃体肿大是一种咽扁桃体不正常肿大的疾病，临床中较为常见。该疾病多发于儿童群体，主要是儿童身体抵抗力和免疫力相对低下。孩子除在睡觉时有打鼾表现，且还有可能出现张口呼吸、听力下降的一些情况出现。如果宝宝有这些表现，建议家长要带孩子到医院进行进一步的诊治，一般是需要就诊耳鼻喉科。日常生活中家长们要注意防止孩子感冒，多喝水，饮食清淡，保持口腔清洁，忌辛辣油腻等刺激性食物。平时生活中早上晚上都用淡盐水漱口，这样可以很好地预防扁桃体发炎，除此以外就是要坚持锻炼，提高身体免疫力。

自闭症能治愈吗

文 / 李庆博(湖南省儿童医院康复中心)

从目前我们所获得的国内外研究与临床信息来看，通过“训练”而“治愈”的自闭症患者几乎可以说是没有的。但

经过坚持不懈的训练矫治，达到能够进行生活自理，甚至是独立生活并展示出良好发展状态的个案是很多的。有些自闭症患儿在成年后能够将自己的成长经历写出来，有的正在上大学，有的从事设计方面的职业，但仍能够感觉到他们的举止透出典型的自闭症痕迹，只是这点不再具有将他们与社会生活隔绝开来的障碍力。当然能够达到这一程度的患者只是极少数，并且与他们一直得到良好的训练分不开。虽然训练不能让自闭症患儿彻底痊愈，但训练对于自闭症患者的矫治作用却是不容忽视的。

远近弱视是一回事吗

文 / 刘慧敏(湖南省儿童医院体检中心)

远视和近视并不相同。“近视”这个词对我们来说最熟悉不过了。简单地说，近视就是看近物清楚，看远物模糊。专业上将它定义为远处物体经眼球折光后聚焦于视网膜前，而不是在视网膜上形成清晰的“物像”。那么，“远视”是否也可以简单推断为看远物清楚，看近物模糊呢？其实不然。所谓远视，即远处物体经眼球折光后聚焦于视网膜后，而在视网膜上形成模糊的虚像。因此，远视眼患者看远看近均不清楚。弱视是经专科医生检查后，未发现眼部异常，戴了眼镜后的视力仍达不到0.9的病症。很多患有远视、近视或散光的儿童，虽然裸眼视力较差，但戴镜之后视力可得到矫正，这就不能称为弱视。