

# 热辣滚烫!全省 400 余组家庭 共赴亲子运动盛会

今日女报 / 凤网讯(首席记者 章清清)5月26日,“凤舞潇湘 健康未来”第三届湖南省妇女健康运动会启动仪式暨“童心向党 奔向未来”2024庆“六一”亲子运动会在长沙举行。全省各市州400余组家庭热辣参赛,其中还包含48组“爱心妈妈”亲子家庭。湖南省妇联党组书记、主席黄芳为活动致辞。

本次亲子运动会以家庭为单位组队,采用线上线下相融合的方式。线上知识闯关,由卫星导航引导到指定位置答题;线下趣味闯关,设置有旋风足球、灌篮高手、征服双山、竹筏取卡、投掷黏黏球、快速吹气球等六大任务等着家长孩子们来一较高下。

活动现场,当裁判员宣布比赛开始,只见各个家庭纷纷快速奔向一个个任务点。孩子负责闯关,爸爸妈妈负责“加油”,孩子们的笑脸和家长们加油助威的身影构成了一幅幅美丽的画面。

“太好玩了,在‘灌篮高手’那里我儿子一投即中,真是太刺激了!参加这样的亲子运动会既能让孩子们习得运动技能、激发运动热情,也增进了亲子关系,真是不虚此行。”来自郴州的妈妈张嘉悦开心地说。张嘉悦家庭是2023年度“郴州市最美家庭”获得者,这次,她带着儿子和另外两组家庭组团来长沙参赛,共同收获了一段难忘又快乐的亲子旅程。

本次活动在中国儿童中心的指导下,由湖南省妇联、湖南省总工会、湖南省体



育局、湖南省计划生育协会联合主办,湖南省妇女儿童活动中心、华盟体育有限公司、长沙季高兔窝窝乐园共同承办。湖南省妇联党组书记、主席黄芳,省人大社建委副主任委员龚健,省总工会党组成员、经费审查委员会主任马晖,省计划生育协会常务副会长梁文明,省妇联一级巡视员卢妹香,省妇联党组成员、副主席钟斌,省妇联党组成员、副主席提名人选陈艳英,省妇联二级巡视员陈敏,长沙市芙蓉区委书记崔晓等领导出席启动仪式。

据了解,湖南省妇女健康运动会是省妇联自2022年开始牵头发起的文化体育活动品牌,分别举办了健康跑、拔河、趣味运动会、羽毛球和广场舞等单项竞赛,两年以来,辐射全省14个市州和数十家省直单位,参赛队伍超过2000支,参与人数超过200万,在全社会引起热烈反响。

今年,家庭教育指导服务首次被纳入湖南省重点民生实事,为更好推动家庭教育指导服务“向阳花”行动,省妇联筹划举办第三届湖南省妇女健康运动会,本次运动会以家庭亲子运动会为主要形式,积极搭建家庭亲子活动平台,不仅增强了孩子和家长们对运动的热爱,同时培养了青少年儿童勇敢自信、顽强拼搏的品格与坚强的意志品质,增进孩子与父母的情感交流,努力营造和谐幸福的家庭氛围,推动湖南省妇女儿童事业高质量发展。

## 科普 >>

### 儿童再生障碍性贫血有何症状

文 / 胡园园 (湖南省儿童医院血液肿瘤科)

再生障碍性贫血是一种非常严重的疾病,可以引发人体器官衰竭。当孩子一旦出现再生障碍性贫血的症状,一定要及时去医院检查治疗。儿童患上再生障碍性贫血后,血液中的血红蛋白和血小板就会出现减少的现象,而白细胞的减少并不是非常明显。儿童会有脸色苍白、疲乏、喘不上气的症状,还有可能出现口腔黏膜溃疡、坏死性口炎、咽喉炎,甚至败血症。此外,再生障碍性贫血是一种遗传性疾病,可能导致幼儿先天畸形,比如头小畸形、小眼球、斜视、骨骼发育不全。因此,家长在生活中应该多注意孩子身体的变化,一旦出现再生障碍性贫血的症状应及时去医院就诊。对于再生障碍性贫血的患者来说,选择骨髓移植是最好的方式,并且经过治疗之后的复发率也非常低。

### 乳腺增生常见症状有哪些

文 / 陈智峰 (长沙市中心医院乳腺及甲状腺外科)

1. 乳房疼痛。乳房疼痛是出现乳腺增生后最早表现的症状之一。患者常常会感觉乳房有胀痛和刺痛的感觉。正常情况下,这种疼痛感只会出现在一侧乳房,不过也有患者会出现在两侧乳房,严重的时候,这种疼痛感还会向身体其他部位延伸,比如腰部、肩部等。2. 乳房肿块。乳房的肿块有大有小,也有可能在一起出现结节块的情况。患者用手去触摸乳房肿块时,会感觉到明显的疼痛感,并且无法摸到肿块的边界,只是感觉质地较硬。3. 乳头溢液。乳头溢液的症状相对于疼痛和肿块,比较少见,却是乳腺增生的早期症状之一。倘若女性并不是在哺乳期时,发现乳头有溢液现象,那就必须要引起重视了。由乳腺增生引起的乳头溢液,颜色往往会呈现出白色、草黄色或者是棕色。

### 胸腺瘤放疗要注意什么

文 / 欧阳淑玉 (湖南省肿瘤医院胸部放疗一科)

胸腺瘤是发生在胸腺上皮细胞或淋巴细胞的肿瘤。这种疾病容易对胸部和周围器官造成压迫,引起胸痛、胸闷、咳嗽、前胸不适等一系列症状。临床上,患者选择放疗有治疗价值,它可以有效控制恶性肿瘤的增长。那胸腺瘤放疗注意事项有哪些呢? 1. 注意好放疗次数。一般胸腺瘤放疗的次数需要达到25次,而且一个疗程要以35天来计算。2. 及时关注可能出现的并发症。这个注意事项至关重要,因为选择放疗会对身体造成不小的影响,很多胸腺瘤患者放疗后会出现恶心、呕吐、脱发等一系列并发症,所以需要及时关注,并配合服用相应药物以减轻并发症。3. 遵从医生嘱托。放疗过程比较长,对治疗恶性肿瘤疾病所发挥的价值也很大,但患者及家属一定要听从医生的嘱托,不能随意决定放疗的次数或者放疗的时间。

宝宝的成长是一个美好过程。在宝宝和家人互动的过程中,流动着温暖和爱,也体现了生命的神奇、教育的力量。

《小爱日记》专栏以细腻真实的笔触,描绘一个家庭对新成员“小爱”的呵护与喜爱,并分享有关家庭教育的感悟。

希望被爱包裹的童年,能成为你一生的铠甲。我们大家会永远这样平凡而热烈地爱着你。

## 小爱一岁啦

文 / 姜欣 (湖南省妇联原主席)

5月20日,小爱一岁啦。

当时小爱妈妈的预产期并不是5月20日,但小爱提前两天顺产来到这个世界,她自己选择了“520”这个有爱的日子,这也是“小爱”这个名字的由来。

为了迎接小爱人生中的第一个生日,家里人设想了很多方案。最后达成一致,不大宴宾客,不打扰太多的人,就在家,最亲的亲人一起为小爱庆生。

即使这样,家里人还是付出了很多的心思和精力。倒计时1个月开始,准备小爱的周岁大礼,小爱的爸爸妈妈和姥爷化身施工队在家里设计和搭建了一个小型游乐园。为了这个小游乐园,大家一起想办法解决了很多难题,敲敲打打好几天,一箱一箱的管子、一叠一叠的板子、一筐一筐的螺丝,一点点地拼凑搭建成

了小秋千、小滑梯、小浮桥、小蹦床、小攀爬架、小海洋球池,小爱每天都开心地在这个小游乐园里玩耍很久……

倒计时1天,全家出动布置周岁仪式,从场景到道具,从糕点到饮品,从布艺到花艺,点点滴滴都是万般宠爱。

5月20日,小爱一岁啦,家里举行了隆重的周岁礼:滚灾、净手、冠衣、戴金、梳头、过葱门、抓周、食福、印足、封酒……所有的仪式都是祝愿小爱平安顺遂、聪明伶俐、健康成长、幸福快乐。

小爱很配合,高高兴兴地完成了各项仪式。中午休息了一会儿,晚上又跟全家人一起切蛋糕吹蜡烛……这一天她像一个小明星,每一次出场都引来全家人的欢笑和喝彩。她显然不明白自己扮演什么角色,但她很兴奋,她知道自己被热烈的爱包裹着。

因为5月20日这天是工作日,我们没有惊动另外的亲朋好友,但是还是有好多人记得小爱的生日。以前带过小爱的保姆阿姨寄来了礼物、小爱的小姐姐做了很漂亮的手工、小爱妈妈的同事送来玩具……所有的爱意我们都帮小爱收藏,等小爱长大,再一一告知小爱。

小爱一岁之后,真的大不一样了,她有了更强的探索欲,即使还不会走路,她目光所见,都是她的好奇心。她会指着很多东西,要求我们告诉她那是什么,希望我们能积极地与她互动,帮助她用她自己的方式不断去探索外界。

只要我们允许她在安全范围内去探索,她就比之前更加专注地去认识各种各样的人和事。特别是,我们可以跟她小小地沟通一下了,她真可以听懂很多话了,她也会表达“好”“不要”“还要”等等,对事情有了明确的态度。

不要小看一岁孩子的小脑袋瓜,其实真的没有我们想象中那么傻。比起以前,现在他们会更好玩了,给大人的正面反馈也会变多、变及时。

我们感到身上的责任更重了。我们和小爱在一起不再是简单地陪着,而是有沟通有互动地陪伴;我们更多地弯下了腰,不光是扶着她走路,还要俯下身子和她说话;认认真真



地倾听她的声音,哪怕她只能发出简单的单词,我们也要充分理解;我们更明白,在对小爱的教养过程中,她永远是主角,我们不可以居高临下,要让自己变成孩子,慢慢让孩子变成我们希望的样子;放手让她进步,让她用自己的方式闪闪发光。

今年这个“520”已经过去,但我们的爱一直都在。小爱的妈妈在朋友圈里对小爱说:在众多的期望里,妈妈还是愿你健康快乐,平安顺遂。希望被爱包裹的童年,能成为你一生的铠甲。我们大家会永远这样平凡而热烈地爱着你。