

近期，“陕西8岁女孩玲玲被妈妈打后脑勺后猝死”的新闻引发关注——

# “熊孩子”惹祸 家长惩罚也有招

■ 本报记者 侯赛

长久以来，“棍棒底下出孝子”、“不打不成器”是我国家庭的传统教育观念，绝大部分80后小时候都受到过父母的肉体惩罚。

最近，陕西铜川的一位8岁女孩玲玲突然猝死，其尸检结果让人出乎意料。报告显示，孩子的死因是颅内挫裂伤，由外力导致。而导致孩子的外力居然是妈妈的一个习惯性动作：因为做错了许多作业，妈妈一生气，就伸手打了一下玲玲的后脑勺。

海口市人民医院神经内科副主任医师杨国帅提醒家长，孩子的后脑勺和颈部是人体血管神经集中部位，切记不能用力打击。日常生活中，如果孩子不听话，家长应该如何教育呢？记者就此采访了我省心理学协会专家董谦。



## 打骂不能让孩子反省过错

家住海甸岛的李妈妈经常跟同事抱怨：“孩子经常无理取闹，到超市就要买这买那，不给买就坐在地上哭闹。到别

人家去玩，就乱翻乱动，还会到人家沙发上乱蹦，无论你怎么说，孩子都不听话。每次我都会气不打一处来，回到家就痛打一顿，但是，打完以后又心疼。”

李妈妈表示，“打了孩子，一是心疼孩子，二是后悔，生怕打孩子会在孩子

的心里留下不良的阴影，到底该不该打孩子？打了孩子后应该怎么办？”

从主观上说，大多数家长打孩子不是为了伤害或者虐待，而是为了教育。一些家长打孩子前没有考虑到这种行为会给孩子的身体和心理造成伤害。随着时代的进步，许多父母现在已经没有了“不打不成器”的观念，大部分父母都努力让自己不打孩子。美国儿童教育家海姆·吉诺特曾表示：“惩罚不能阻止不良行为，它只能使罪犯在犯罪时变得更加小心，更加巧妙地掩饰罪行，更有技巧而不被察觉。孩子遭受惩罚时，他会暗下决心以后要小心，而不是要诚实和负责。”

海南省心理学协会专家董谦告诉记者，很多家长打骂孩子时，虽然孩子表面上诚惶诚恐，内心深处对自己的错误行为根本没有反省，更不会去思考该如何修正自己的错误行为，甚至有极端的孩子会想办法赶快逃离家庭，逃离父母的管束。

## 惩罚“熊孩子” 别伤自尊心

虽然体罚孩子有许多负面的影响，但是一时气不过打了不听话的孩子，也会发生在许多父母身上。如何调整心态，让“打”孩子发挥更有效的作用呢？董谦提出，教育孩子要遵守以下4条原则：

### 1、尽量控制自己不打孩子

当孩子犯错误时，家长不要急于打孩子，因为冲动地打孩子，效果往往适得其反。这时候，你可以向孩子说出自己此刻的感受，让孩子知道你对他刚才

行为的不满。比如，告诉孩子“我现在心情不好！”“你这样做我很不满意！”“我不喜欢你这样没礼貌！”“你的表现很让我伤心！”等。描述自己的心理感受，有助于平静自己的情绪，也有助于让孩子站在父母的角度来想问题，从而促进孩子的反思。

### 2、用间接的方式惩罚孩子

如果孩子的过错不大，家长可以对孩子已经发生的错误不过分追究，而是通过给孩子使个眼色、对他的行动加以限制、扣留他喜欢的东西、限制他娱乐的时间等间接惩罚的手段与方式，让孩子记住这次教训。比如，玩具不收拾好，就取消看动画片的时间。当然，父母最好还要对孩子以后的行为提出明确的要求，孩子应该怎么做、达到什么要求或标准，表明对孩子下次行为的期望。比如，如果每次主动把玩具收拾好，可以增加看动画片的时间。

### 3、让孩子明白自己被打的原因

在迫不得已要打孩子的时候，父母要把打孩子当成一种教育的仪式，一定要明确告诉孩子，他为什么会挨打，这次要打几下，下次再犯错误要如何处理等。打的时候不要太重，也不要以打孩子来发泄自己的不良情绪，更不能不分青红皂白抬手就打孩子。

打完孩子后，一定要哄哄孩子，让孩子明白，打了他，爸爸妈妈也很伤心。最重要的是，父母一定要让孩子明白，即使他错了，爸爸妈妈还是爱他的。打他只是为了让他记住，下次不要犯同样的错误。

### 4、不要打2岁内和6岁后的孩子

2岁前的孩子由于心智发展不成熟，缺乏规则意识是正常的。打孩子对于孩子来说，没有警示作用，反而会影响孩子的心理发展。

随着孩子年龄的增长，孩子的自我意识逐渐完善，自尊心也越来越强。6岁后的孩子就已经是懂道理的年龄了。这时，父母更需要用讲道理的方式与孩子进行沟通，避免打骂在孩子的心理产生负面影响。

## 孩子这几个部位 千万不要打

杨国帅说，家长体罚打骂孩子肯定是不对的，要尽量避免。日常生活中，家长在气头上打孩子时，一定要避免以下几个身体重要部位：



### 头部(后脑勺)

头部是人的中枢神经系统所在地，尤其是后脑勺，集合了脑干等重要的脑组织，很容易伤到孩子，假如用力过猛，甚至可能导致孩子呼吸停止，直接毙命。

### 腹部

腹部集合了肝脏、脾脏、肠道等重要脏器，又缺乏骨骼的保护，如果打得过猛，可能导致内脏损伤。

### 背部

背部集合了脊柱中枢神经，殴打孩子后背，可能令脊柱和神经系统受伤。

### 屁股

打屁股可能造成颅骨整体变形，引起脑干的损伤，也可能导致臀肌局部血肿，血液循环不畅甚至坏死性炎症。打男孩还可能引起睾丸血肿或破损。

制图张昕

## 关节疼痛别忽视 当心类风湿性 关节炎缠上孩子

■ 本报记者 王培琳  
通讯员 付伟华

不少人认为，中老年人才会得类风湿性关节炎。海南医学院附属医院关节创伤外科主任医师付昆提醒，类风湿性关节炎并不是中老年人的专利，现在儿童患者不在少数，儿童预防类风湿性关节炎非常重要。

付昆表示，临床上，不少关节痛或关节炎的患儿在确定诊断方面走了弯路，甚至被误诊，致使一些患儿痛失早期治疗的机会。幼年类风湿关节炎是儿童期常见的慢性病之一和失明的首要原因。因类风湿关节炎具有遗传易感性，患儿家庭中常有其他人患类风湿关节炎。

此外，关节外伤和创伤，环境影响，如湿润和天气变化，心理刺激等都可能成为儿童类风湿疾病的诱发因素。

付昆说，一般情况下的关节疼痛，可能是生长痛，家长无须紧张。但是一旦伴有关节肿胀、发热、剧痛，就有可能已有病变，应及早问诊。类风湿性关节炎是一种很严重的疾病，日常生活中要从以下几个方面进行预防：

**预防感染** 一般认为各种感染如慢性扁桃体炎、中耳炎、鼻窦炎及其他慢性病灶由病毒、支原体或细菌感染后会引起细胞和组织发生病变，变性的抗原与机体产生抗体并与之发生免疫反应，从而造成长期的病理变化。

**避免受潮受冷** 如在寒冷地区或居住地点潮湿、阴冷，小儿必须注意保暖，防止寒气侵入身体。

**避免关节局部外伤** 如发现关节有酸痛或肿胀，最好立刻请医生进行检查和治疗，早期检查和治疗可以早发现疾病和控制疾病的发展，以免产生严重后果。

■ 本报记者 孙婧 通讯员 王琨

暑期即将结束，面对即将到来的新学期，孩子们应怎样从假期闲散的状态中调整身心，适应新学期的节奏呢？解放军第425医院心理咨询师廖艺文认为，家长们应要担起大部分的责任去帮助孩子收心适应新生活。

首先，现在开始调整孩子作息时间。孩子要“早睡早起”，将生物钟与学校作息调整为一致，确保孩子每天8到10个小时的睡眠。同时，在开学前一周，家长最好不要再带孩子远行，并且在家也要让孩子有意识地减少玩游戏、看电视等时间。

其次，要消除孩子“开学焦虑症”。现在，不少孩子一想到即将上学，心里就不乐意或感到焦虑。有些孩子暑假作业还没有做完，担心受批评；有些孩

子作息时间完全被打乱了，一想到上学要早起就难受。廖艺文建议，家长要帮助孩子从现在开始复习上学期学过的知识，适当预习本学期的新内容，从思想上逐步适应开学环境。

第三，准备学习用品。提前准备书包、笔、练习本、作图工具等学习用品，不能在开学后再匆匆忙忙采购。此外，还应仔细检查孩子的寒假作业和入学通知书，避免出现落了作业题目没有做或弄丢作业本的情况。

最后是提前制定学期目标和学习计划。每个孩子都希望在新学期里有好的表现，因此开学前制定切实可行目标和学习计划，能起到激励作用。

开学后，为了让孩子更快融入学习生活，家长可从以下方面和孩子谈心沟通，帮助孩子建立起自律的态度：

### 调整好心态

让孩子意识到遇到学习困难时，怨

天尤人是于事无补的。家长要向孩子强调，事物都有两面性，如果只看消极的一面，路会越来越窄；如果能找出事物的积极面，就会发现事情并没有想象中那么糟糕。

### 改进学习方法

比如，课前提前预习功课，才能知道听课的重点；在课堂上，对老师讲的开头、结尾、强调的重点部分，要注意力集中听讲，做好课堂笔记；课后，按时进行发散性思考，善于质疑必要的课外资料检索，都是培养孩子学习能力的好办法。

### 端正学习态度

让孩子意识到自己的学习环境来之不易，端正学习态度。只有认同“我需要通过学习使自己强大，我学得好的有意义的”的看法，才能形成良好的学习态度。



# 用白酒给孩子擦身降温需谨慎 勿用工业酒精代替白酒，新生婴儿不能使用此法



■ 本报记者 王培琳 通讯员 付伟华

日常生活中，新生婴儿抵抗力弱，时常会发烧。有些家长认为用退烧药或者打针退烧对孩子会产生副作用，因此当孩子发烧且没有其他症状时会选择一些偏方给孩子退烧。这些退烧的偏方中，有些人会用白酒给孩子擦身以降温退烧。

海南医学院附属医院儿科主任医师蒙晶提醒家长，酒精虽能帮助退烧，但是在使用时一定要掌握正确的方法，如果使用不当容易导致孩子酒精中毒。有些家长对此不理解：“白酒擦在孩子皮肤上，又没有喝下去，为什么

会导致酒精中毒？”

蒙晶表示，皮肤可以吸收酒精和药物。和口服与注射药物相比较，新生婴儿由于皮肤薄嫩，毛细血管丰富，肝脏解毒功能尚未发育成熟，吸收能力较强，日常生活中新生婴儿外用酒精中毒的案例屡见不鲜。如果家长用的白酒酒精浓度过高，或者用量过大、擦拭方法不规范、擦拭时间过长等情况，均可导致婴儿皮肤吸收过量酒精从而引起急性酒精中毒。

蒙晶说，用白酒为孩子擦身降温，正确方法是用35—40度白酒（或70%医用酒精）加一倍的温水使用，值得注意的是新生婴儿不能使用这个方法。具体擦拭方法是，首先，擦拭前，先暴露孩子的颈部、胸部、腋窝、肘部，然后用纱布或手帕浸蘸配

好的酒精拧至半干，分别擦拭上述大血管所在部位。

然后，暴露双腋股沟、肘窝等大血管较丰富的部位，且分别擦拭。一般擦拭时间为15—20分钟左右。因为儿童皮肤较薄，家长在擦拭过程中应轻柔。在擦拭过程中，若发现孩子有寒颤、面色苍白、脉搏细弱等情况时，要立即停止擦拭。

蒙晶指出，特别值得注意的是，家长用白酒为孩子擦身降温的过程中，切不能用工业酒精代替白酒。因为工业酒精里含有甲醇，甲醇对人体的神经系统和血液系统影响很大，急性中毒症状轻者头晕、头疼、恶心、视力模糊，重者持续咳嗽、声音嘶哑、胸痛、呼吸困难，甚至失明、肺水肿、昏迷、休克等。

## 育儿百科

## 小儿肾病综合征 如何进行家庭护理？

### 患儿不宜吃多盐食物

肾病综合征的孩子要注意少盐，对血压还没有降到正常的孩子，这点十分重要。但饭菜无盐又会影响食欲，宜用低盐饮食。在浮肿和高血压消失后，才可改进普通饮食，但也要清淡，不可过咸。馒头和苏打饼干中也含有钠，最好不要给孩子吃。可以让孩子吃一些新鲜蔬菜和水果，以补充体内维生素。

### 小孩衣服不宜久穿不换

肾病综合征的孩子要经常换衣服，因为感染常是诱发肾病复发的原因。经常洗澡换衣，保持皮肤清洁，可防止皮肤感染。

### 孩子不宜劳累

对肾病综合征孩子的护理，父母不宜让孩子劳累，孩子的自我约束能力差，从医院回到家会感到很新鲜，容易玩得过累，睡眠不足，家长要特别注意安排好孩子的作息时间，尽量得到充分的休息。

### 不宜随便减量或停药

对肾病综合征孩子的护理，父母要帮助孩子治疗肾病。肾病的治疗大都需要服用激素类药物。服用激素的病孩，一定要在医生的指导下，随病情好转，逐渐减量直至停药。家长要督促孩子按时按量服药，切不可随意减量和停药，以免造成病情反复。（桑文）

## 宝宝老肚子痛咋回事？ 专家详解6种最常见原因

肚子痛是小宝宝的常见病症，但和大孩子不同，小宝宝不会讲话，身体不舒服时只能以“哭”来表达。下面是婴儿肚子痛的6种常见原因，家长们可以根据宝宝的状况对症下药。

### 疝痛

疝痛是婴儿腹痛及哭闹最常见的原因。如果宝宝不到5个月，每天哭泣超过3个小时，每周三天或以上时间出现这种哭泣症状，并持续3周以上，没有查出其他的医学原因，就有可能患疝痛。这种疝痛目前还没有办法治疗，只能靠父母安抚孩子来缓解痛苦。这种疝痛在宝宝5个月以后一般会自行消失。

### 胀气痛

在出生前3个月内，因为肠道发育不够成熟，宝宝胀气痛是很常见的。在宝宝6—12个月时，因为添加辅食而不停的尝试新的食物，也可能引起胀气痛。

### 便秘

如果宝宝排便频率比平常变少了，特别是当宝宝超过3天没有排便，并且排便时非常痛苦，那么可能是便秘了，此外，如果宝宝大便干燥，排便困难也是便秘的症状。

如果宝宝已经开始吃固体食物，为了缓解便秘，可以多给宝宝吃能让大便松散的食物，如麦片、杏子、李子、梨、豌豆等，并减少容易造成大便干结的食物，如香蕉、苹果、苹果酱、胡萝卜、米饭、南瓜等，同时应该注意多给孩子喝水。此外，运动可以帮助肠道运动，也能有助于排便。

### 胃食管反流

很多宝宝在吃奶或喂食后会吐出来一点点，有的甚至会呕吐，如果宝宝经常这样，有可能是胃食管反流在作怪。胃食管反流主要发生在1岁以内的宝宝身上。

如果家长认为宝宝有可能发生了胃食管反流，一定要告诉医生，因为医生会教你怎样减轻症状，并同时给宝宝进行监测，以防发展成胃食管反流病。

### 急性肠胃炎

如果宝宝肚子痛并伴有呕吐或腹泻症状，则很可能是急性肠胃炎，也称肠胃感冒，这是仅次于感冒的第二常见的病症。

如果急性肠胃炎引起了宝宝呕吐、腹泻、发烧或食欲不振，则很容易导致宝宝脱水，因此一定要确保宝宝摄入足够的液体，可以是母乳或配方奶，如果发现孩子有脱水症状一定要及时就医。

### 肠梗阻

如果宝宝痛得打滚，在抬起他的腿时哭得更厉害，尤其是当孩子肚子痛的强度和频率不断增加，同时伴有呕吐症状时，一定要送医，因为这些症状预示着孩子极有可能是肠梗阻或肠套叠。（综合）

## 3款羹汤帮宝宝防秋燥

立秋以后，夏季的酷热终于要逐渐远离。专家提醒，秋季注意饮食调节，多给宝宝吃些防燥的羹汤，是预防秋燥的有效方法。

### 百合银耳粥

鲜百合50克，洗净切碎，银耳10克，用温水发开后，洗净切碎，大枣3枚，泡洗后去皮去核，切成小块，与100克大米同煮成粥。银耳味甘性平，有滋阴润肺、养胃生津的功效；大枣为健脾之品。这些食材同煮成粥，具有润燥、补肺、养心、健脾生津的作用，而且味道微甜，白色中点缀些许红色，色味俱佳。

### 百合雪梨粥

鲜百合50克，洗净切碎，雪梨2个，洗净后去核切碎，加大米100克，加水煮粥。百合味甘性微寒，有养阴润肺、清心安神的功效；梨味甘酸，性凉，有生津润燥的功效；大米健脾益气。这三样食材同煮成粥，具有益气健脾、滋阴润燥、养阴润肺的作用。

### 山药蜂蜜羹

将山药洗净去皮，切薄片，蜂蜜30克，拌匀后放入碗中隔水蒸软熟后食用。山药甘、平，归脾肺肾，有益气养阴、补肺脾肾的作用；蜂蜜有润燥、养阴、生津的作用。此羹适用于脾虚伴大便秘结的1岁以上宝宝服用。（桑文）