

初上幼儿园,当心“入园分离焦虑症”

专家:多鼓励、多表扬孩子,培养独立能力



3岁的乐乐初上幼儿园,最近不怎么开心,总是反复问妈妈:“能不能不上幼儿园?”……心理专家表示,不少孩子会出现“入园分离焦虑症”,家长们要针对孩子入园前的心理、会遇到的问题,多做些功课,让孩子开心入园。 □ 白静 周先荣 记者 马冰璐

入园前期,萌娃“闹脾气”

家住合肥五里墩街道的龚女士发现,最近,3岁的儿子乐乐不怎么开心,总是反复问她:“妈妈,我能不能不上幼儿园?”……“每次提到幼儿园,他都是一副很抗拒的样子,真让人发愁。”

无独有偶,合肥市民刘先生也为女儿的“入园分离焦虑症”而烦恼,“哭着闹着不愿意上幼儿园,非要爷爷奶奶带她回老家。”刘先生说,女儿从小跟着爷爷奶奶在老家长大,性格比较内向,适应能力比较差,“这可如何是好?”

多鼓励、多表扬,培养独立能力

据国家二级心理咨询师周金妹介绍,一般来说,幼儿不愿意上幼儿园的理由主要是包括不想与爸爸妈妈分开,对孩子来说,爸妈在身边,心里会有无比的安全感。而上幼儿园以后,要独自面对、处理问题,不难想象孩子会产生失落、焦虑与不知所措的感觉。

对陌生环境感到害怕,习惯了自已熟悉的家,现在却得长时间待在充满陌生人的环境里,孩子会感到莫名的焦虑与不安。

无法适应团体生活,孩子到了幼儿园,必须遵守团体的规范,想要的东西需与人分享,想吃点心、玩玩具都得排队,到处都是限制,让孩子觉得幼儿园不好玩。

团体生活中常常无法照顾到个人的需求,如果孩子跟不上幼儿园的进度,会觉得受了挫折,也会因此产生

心理压力,一想到上幼儿园就紧张。

小孩子都渴望友情,在幼儿园里可以和很多小朋友一起玩。然而,真的上了幼儿园后,如果被其他小朋友欺负、排挤,孩子就可能不想去了。

对于孩子哭闹着不肯上幼儿园这一问题,父母们都各有办法。但是最重要的原则是:父母要坚持接送,勤与教师交流沟通,及时发现和解决问题;多鼓励、多表扬,培养孩子的独立和自理能力。这样持续下来,宝宝就会渐渐喜欢上幼儿园,父母的难题也就迎刃而解了。

家园共育帮助孩子快乐入园

此外,周金妹表示,作为老师可根据幼儿的兴趣爱好,精心布置活动室的各个角落,让幼儿一看就有一种亲切感,从而激发幼儿来园的动力,为幼儿适应幼儿园生活奠定基础。

据悉,新入园的幼儿不习惯幼儿园的集体生活,喝水、吃饭、洗手、大小便、玩玩具,都不能像在家里一样随心所欲,一切都要遵守规矩。这对于任性、一切都以自我为中心的三岁左右孩子来说,是比较困难的,老师在尽量满足孩子合理要求的同时,对于孩子不正当的要求,要适当地进行教育,可以通过各种各样的活动和游戏,让幼儿在愉快的情绪下学到本领。如对哭闹、不讲话的幼儿,和蔼地亲一亲、抱一抱、拍拍小脑袋、拉拉小手、和他说几句悄悄话等,都让幼儿对教师产生亲切感和依恋感。孩子有哭闹行为,应和颜悦色地加以劝导。

周金妹表示,初上幼儿园是幼儿的第二次断奶,家长和老师用爱心去引导,一起努力,家园共育,孩子们就会很快露出他们灿烂的笑脸,适应幼儿园生活,健康快乐地在他们的乐园里成长。

健康提醒

宝宝反复感冒,可能是有更严重的问题

星报讯(记者 马冰璐) 宝宝由于抵抗力弱,稍有疏忽,就很容易感冒。通常感冒的宝宝会出现流鼻涕、打喷嚏、鼻塞或者咳嗽等症状,但如果宝宝在感冒后还出现了其他症状,那就不是感冒这么简单了,很有可能是感冒引发了其它疾病。下列这些疾病通常由感冒引起,却容易被家长忽视。

中耳炎:据不完全的临床调查,在中耳炎患儿中,80%以上都是由感冒引起的。一般宝宝的咽鼓管比较短且直,如果宝宝感冒继发了细菌感染,细菌很容易通过咽鼓管这条通道侵犯中耳,继而导致急性中耳炎。发生急性中耳炎后,大一些的孩子常常会喊耳朵痛,而且夜间会更为严重。而年龄比较小、还不会表达的宝宝,通常会以哭闹、易发怒、抓耳摇头等方式,向爸爸妈妈表达自己的不舒服。

喉炎:宝宝的喉部比较干燥、血管比较脆弱、局部抵抗力较低,当感冒后,病毒或细菌若从上呼吸道向下蔓延,即可引起小儿喉炎。小儿喉炎有一个典型特征,

就是孩子的咳嗽声类似小狗的叫声。若不及时处理,宝宝还会出现声音嘶哑、憋气等状况。如果喉部出现一阵阵吹哨般的尖利声音,则表明病情已发展到了喉阻塞阶段。此时,孩子会表现为呼吸困难,严重者可危及生命。

病毒性心肌炎:宝宝感冒大多是因为感染了各种感冒病毒所致。其中,柯萨奇病毒和艾柯病毒对心肌有特殊的亲和力,可侵袭宝宝的心肌,导致病毒性心肌炎的发生。病毒性心肌炎通常在病毒性感冒后数天或2~3周后发生,孩子通常会出现精神萎靡、多汗、食欲缺乏或反复恶心呕吐等情况,大一些的孩子可能会和你诉说有头痛、胸闷以及上腹部疼痛等不舒服。有严重病毒性心肌炎的患儿,病情可在数小时内急剧变化,引起心力衰竭、休克甚至猝死。

孩子感冒后,一定要听从医生的建议坚持服药。同时家长要一直严密观察孩子的全身情况,一旦发现异常,要及时带孩子去医院检查。

心理门诊

读者:我和妻子经常因为教育孩子的事吵架,我俩总是无法达成一致,孩子也因此出现逆反、焦虑的情况,该怎么办?

心理专家:父母长期的不一致态度,会导致孩子无所适从,做事难以决定,时间长了便出现焦虑情绪,甚至强迫症状。父母双方应统一教育目标和计划,对孩子的教育态度保持一致,对孩子的表扬与批评要有一贯性,不能自相矛盾。

□ 记者 马冰璐

安全用药

问:一发烧就吃退烧药,这样对吗?

答:众所周知,体温适度升高能加速身体的代谢或解毒、排毒过程,身体的免疫力也可以得到充分发挥,有利于人体对侵入体内的病原体的清除,促进康复。但是,过度的发热也可能会对身体健康造成伤害,例如高热损害神经系统后,可能导致惊厥、昏迷等严重反应。发热过久还可能造成人体消耗增加、体液丢失、营养供给不足等后果。因此,体温升高到一定程度,一般到38.5℃以上时,可适当应用退烧药。

退烧药是可以调节人体机能,使人体体表血管扩张,通过出汗等使散热增加,同时抑制寒颤,使机体产热减少的药品。它能有效地使体温降低,但不能根除病原微生物,如细菌病毒,所以在单独使用退烧药时,只能缓解发热症状,有时也会掩盖感染等病情,药效过后,体温可能又再度升高。

在以下几种情况下,就要慎用退烧药:1.对病因不明的发热不能乱用退烧药,尤其在发热初期时更不能自行乱用,以免掩盖病情引起医生误诊;2.低热通常不用药,可物理降温,低热通常是指体温在38.5℃以下的发热;3.暴发高热慎用,当患者体温显著升高达40℃以上时,建议到医院全面检查,寻找病因对因治疗。

□ 石跃新 记者 王伟伟

健康新闻

出现不明胸痛应及时就医

星报讯(汪麟 王震 陈琦 记者 马冰璐) 急性胸痛是临床常见的症状,其中最严重的高危胸痛当属急性胸痛三联征,即急性冠脉综合征、主动脉夹层和肺栓塞。这类疾病往往发病急骤,缺少典型的症状,容易被患者忽视或者送医后往往不能尽快地确诊,延误了患者的治疗,可能诱发致命后果。有关数据显示,中青年群体的发病率近年来有上升趋势。

近日,安医大二附院胸痛中心成功救治了一名主动脉夹层A型的年轻患者,由于医生诊断流程明确,被称为“胸痛三联征一站式CTA”的检查系统大显身手,迅速找到了患者病因,从而使这名患者成功脱离险境。

据手术主刀医生、安医大二附院心脏大血管外科主任医师卢中介绍,主动脉夹层指主动脉腔内的血液从主动脉内膜撕裂处进入主动脉中膜,使中膜分离,从而使主动脉壁形成真假两腔分离状态,可短时间内导致患者死亡,且死亡率极高。专家指出,A型主动脉夹层一旦发病,急性期每增加1小时,死亡率就增加1%,手术是患者唯一存活希望,出现不明胸痛,一定要及时就医。