

孩子学习困难 怎么破?

营养干预也很重要!

如何区分孩子是学习困难还是态度不好?发现孩子学习困难,家长第一步应该怎么做?如何在家庭环境中营造一个支持性学习氛围,帮助提高孩子的学习动力和自信心?最近,“学习困难”成了全社会关注的一个热词。

11月23日下午,宁海县卫健局、宁海计生协、宁海县教育局等部门共同举办了一场关于学习困难的公益科普活动。儿童精神卫生领域的专家在现场通过深入浅出的专业讲解,揭开学习困难的神秘面纱,并教授了科学的预防与干预方法。



活动现场。

1 学龄儿童患病率为5%-15%

“我家孩子上课乱跑,作业不愿写,测试成绩个位数。”

“我家孩子上课走神,成绩越来越不好了,现在不及格。”

……

活动一开始,宁海县妇幼保健院儿童保健科主任黄敏辉通过门诊中常见的问题拉近了与家长们的距离,这些情况在学习困难儿童中很常见。

黄敏辉解释,学习困难是由于身体、心理及智力等各方面的因素造成的学习上的障碍。它并不是一个独立的疾病,而是一种学习技能的发育障碍。这类障碍可能从发育的早期阶段就开始影响儿童,使他们在获得和使用听、说、读、写、推理和数学能力等方面出现明显的困难。

“导致学习困难的原因有多

方面,包括注意缺陷多动障碍、孤独症谱系障碍、言语和语言障碍、发育性协调障碍等,以及阅读障碍、书写障碍、数学障碍等。”黄敏辉强调,流行病学调查显示学龄儿童患病率为5%-15%,其中阅读障碍最常见。学习障碍是一种终身疾病,在教育、就业、经济、社会、情感等方面对儿童和成人产生不利影响。

2 营养干预也能帮助克服学习困难

中国疾病预防控制中心营养与健康所研究员何丽表示,要孩子走出学习困难的现状,则需要综合治疗。

首先,根据孩子的具体需求制定个性化的教育计划,提供适当的支持和资源。整个家庭应提供积极的学习环境,鼓励和支持孩子的努力,帮助他们建立自信。对于有情绪和心理问题的孩子,心理辅导可以帮助他们缓解

压力,改善心理健康。此外,使用各种学习辅助工具和技术,如有声书、拼写检查软件等,也能够帮助孩子克服学习困难。

在活动现场,何丽还提到了一个经常被家长忽略的要点:“营养干预也是重要的一环。营养物质是脑组织生长发育的物质基础,营养素的缺乏或过多对脑细胞的增殖分化过程能产生深远的影响。”

她认为,学龄前儿童(2-5岁)

时期的平衡膳食对孩子的未来起到积极的作用。在这个阶段,孩子们一定吃好早餐,合理选择零食,培养健康饮食行为。天天喝奶,足量饮水,不喝含糖饮料,禁止饮酒。加强户外活动,控制视屏时间,每天有60分钟以上的中高强度身体活动。并且要定期监测体格发育,保持体重适宜增长。“让孩子主动参与食物选择和制作,提高营养素养。”何丽说。

3 建议学龄前儿童每天至少吃12种食物

学龄前儿童的膳食应由多样化食物构成,建议平均每天食物种类达到12种以上,每周达到25种以上,烹调油和调味品不计算在内。

为了让儿童膳食更加丰富,何丽建议选择小份量食物,与家人共餐,荤素搭配,家长要根据季节更换和搭配食物,变换烹调方式,以满足孩子的饮食需求。

“培养学龄前儿童专注进食

和自主进食能力对于儿童的健康成长至关重要。”何丽提到,由于学龄前儿童注意力不易集中,易受环境干扰,如进食时玩玩具、看电视、做游戏等都会降低对食物的关注度,影响进食量和食物的消化吸收。所以,要鼓励学龄前儿童自主进食和训练用筷技能,这有利于增加儿童进食兴趣和培养自信心及独立能力,促进儿童手部精细动作及运动

协调功能发育。

童年故事品牌作为本次公益活动的承办方,一直以来都非常关注青少年的健康成长,与相关单位合作儿童健康关爱计划项目。负责人王红志表示,希望能够通过公益的方式将儿童学习障碍干预的重要性得以传递给更多家庭,为孩子们成长之路点亮一盏明灯。

记者 陆麒雯 文/摄

8个月大宝宝体检 体内惊现“螺丝钉”

8个月大的安安(化名)近日来到慈溪市妇幼保健院儿童保健科高危儿门诊体检,儿保医生发现他的臀纹不对称,建议做个髋关节摄片检查。令人意外的是,X光片显示安安的阴囊中居然有一枚“螺丝钉”样式的异物。这一发现让医生和家长们都感到非常惊讶,孩子没有明显的哭闹,阴囊表面也没有外伤,螺丝钉是怎么进入阴囊的?

儿保医生立即联系外科、放射科医生进行多学科会诊。医生们讨论考虑,安安的情况不排除是吞入异物导致的。考虑到螺丝钉长时间滞留在体内会对孩子的健康造成更严重的威胁,儿保医生立即帮助安安联系转诊至上级医院。上级医院医生通过腹腔镜手术探查包裹有螺丝钉的肠子,及时取出了螺丝钉,发现螺丝钉已有生锈迹象。最终化险为夷,安安父母和医生悬着的心终于放下了。

这枚螺丝钉为什么会出现在阴囊?医生事后推测分析,螺丝钉应该是在安安的误食下“闯进”了肠道,无法排出体外,随着肠道的蠕动,螺丝钉一直在肠道内游走。巧合的是安安有腹股沟疝气,这部分组织本身较为薄弱,包裹着螺丝钉的一段肠子不小心从疝口处滑出,刚好掉到阴囊部位。幸运的是,这一幕正好被X线影像捕捉到。

在孩子们探索的过程中,一些看似无害的小物件,一旦不慎被孩子吞入,就可能成为威胁他们健康的“隐形杀手”。如何预防异物吞入?家长应定期检查玩具与家居用品,确保孩子的玩具没有可拆卸的小零件,避免使用含有小珠子、纽扣电池的玩具。同时,检查家中的小物件,如硬币、纽扣等,确保它们被妥善存放,远离孩子的视线和触手可及的范围。对于年龄较小的孩子,避免给予坚果、糖果、果冻等易导致窒息的食物。在喂食时,要确保食物被切成小块,易于咀嚼和吞咽。

记者 吴丹娜 通讯员 张天红 黄梦莹

分类信息 【刊登热线】
56118885
56118880

厂房出租
厂房招租 200 平方米,一楼地理位置优越,交通方便,水电齐全,有意者,价格面议。
地址位于:宁波市江北区甬江工业园区兴甬路123-1号
联系:林小姐 13626848119

法律服务
●继承、房产、经济纠纷 87295238
声明公告

●REMA TIP TOP DBP
BV 遗失正本提单一套,提单号码 NGB/I2M/00201,船名航次为 WAN HAI 206 044W,特此声明作废

宁波市灵峰墓园
本墓园是民政部门批准的正规陵园,位于阿育王寺东边环境优美,墓式多样、价位合适,清明不受交通管制(灵峰有出口),地铁一号线宝幢站下有车免费接送。
联系人:张先生 13605741522、姚先生 13165906973