

# 青春期对异性好奇很正常

## 专家认为:和孩子谈性的程度和深度要与年龄相适

上周一本报B03版刊登了《关注“90后”的生理觉醒》,报道出来后,有不少读者给记者打电话或发短信,说出了他们的观点和态度。 晚报记者 董亚飞

### 家长

#### 孩子是否需要性教育,声音不一

137\*\*\*\*5969的读者发短信息咨询:女孩上大学谈男朋友后,在性教育方面该怎么给孩子说?

还有135\*\*\*\*9715的读者发短信息说:在对“90后”孩子的性教育方面,我对孩子的建议是,即使同异性接触也不要头脑发热,不要因为一时冲动,给以后的生活留下痛苦。同时作为家长和学校方面,更应该对孩子异性交往方面给出正确的引导。

“给半大的孩子讲性,我认为没必要,他们大了自然就懂了。”作为一个13岁男孩的父亲,同时也是一个“过来人”,他觉得性这个话题,不用多跟孩子讲,讲了可能启发孩子想了解更多,当年父母没对他进行过这方面的教育,但他长大后也什么都懂了。电话那头,郑州市民范先生发表了他的看法。

与范先生的“无师自通派”不同,138\*\*\*\*1006的一位妈妈说:她想和女儿说说这事,但面对性这个敏感的话题,不知如何开口,几次想跟孩子谈,可话到嘴边又咽了回去。

### 专家

#### 教育孩子前,成人先“补课”

据了解,现在学生普遍发育早,对性这个问题感到很神秘,有些学生会通过电视、网络等了解性。专家认为,与其这样,不如让学生通过正规的渠道,适当了解与孩子年龄相符的青春期基本常识。“在对青少年青春期的性教育的问题上,许多家长存在误区,他们不仅自己回避谈性,对孩子也是采取‘不许问’或随便找个理由搪塞过去的态度来应付。”因此,要教孩子,老师和家长首先要补上性教育这一课。

另外,专家提醒家长,对孩子的性问题不能推、不能瞒,更不要训斥、打骂。因为孩子天生有强烈的好奇心,如果你不告诉他答案,他就会想方设法找答案。家长和孩子谈性的最佳时机是孩子主动提问时,家长做有针对性的解释。但是谈性的程度和深度要与年龄相适。

### 学校

#### 新《纲要》的出台,让学生比以往更早地了解相关知识

“闻性色变”早已成为社会上司空见惯的正常现象。在教育史上,性教育更是一块尚未被开发的处女地。据了解,去年12月26日,教育部公布了新的《中小学健康教育指导纲要》,要求今后中小学每学期要安排6~7课时上健康教育课。

此《纲要》的出台意味着,小学五六年级起,学生将学习有关青春期的生长发育知识,包括男女在青春发育期的差异,女生月经初潮及意义,男生首次遗精及意义等。初中生将学习青春期心理发育的特点和变化规律,高中生将学习避免婚前性行为等内容。据悉,与以往相比,新的《纲要》要求学生比以往更早地了解相关知识。



医药超市 YIYAOCHAOSHI

这里有最新鲜的资讯

### 季节交替 防血栓是您的头等大事

——大型普查检测活动开始接受报名

“血栓”发生就像地震一样,对身体的损害是巨大的,对生活的影 响是深远的,如不及时发现并早期检测,后果将不堪设想。

长期以来,众多医院不查血栓,只查血压、血脂、血糖、胆固醇等,导致中风、心肌梗发生防不胜防,给患者家庭带来严重的创伤。目前,随着“全民血栓防治工程”在北京正式启动,该工程组委会带来大批国内顶级专家和国内专项血栓测定仪的历史机遇,特开展大型血栓早期检测和普查活动。

检测报名对象:40岁以上,已诊断有糖尿病、动脉硬化、冠心病、心肌梗塞、心肌缺血、心绞痛、高血压、高血脂、高血粘、心慌、胸闷、手脚麻木、记忆力有明显下降等心脑血管疾病。曾经中风或小中风患者,想预测可能再复发风险的中老年朋友,均可报名,届时特邀请上海复旦大学戴稼禾教授宣讲“抗血栓,防衰老”专题报告。名额有限,请提前报名预约。

全国血栓防治检测报名热线:

800-884-0060

郑州市区报名热线:0371-69329280

新密市区报名热线:13015523150

新郑市区报名热线:13137114790

巩义市区报名热线:13643851742

上街区报名热线:15936240759

### 失眠患者易致痴呆

最新医学研究表明,失眠会提前引发老年痴呆,失眠者患心脏、糖尿病、高血压、猝死的概率是正常人的5~7倍,据英国伦敦皇家医院对200例痴呆病人研究表明,80%有三年以上失眠病史,失眠患者患痴呆的年龄比没有失眠的患者提前了6~10年,这足以证明,长期失眠将提前引发老年痴呆。避免老年痴呆,必须根治失眠。

既有确切疗效,又可以避免安眠药的依赖和副作用,这是失眠患者梦寐以求的。2008年3月,中国睡眠协会睡眠障碍委员会首次向全国的失眠患者郑重推荐治疗失眠的创新重要产品——枣仁安神颗粒。经临床证明,“枣仁安神颗粒”有效率高。

一、轻度失眠者,晚饭后只需一袋,轻松入睡,香甜无梦。二、中度失眠者,只需1周,睡得香,白天精神好,不焦虑不烦躁。三、重度失眠者,服用2周,睡够7小时,因失眠引起的眼花耳鸣、烦躁、记忆力差等症状消失,彻底治愈失眠。停药照样睡得香。四、严重失眠者,每晚睡眠少于3小时,晚饭后服用可入睡,3~4疗程后因失眠而引起的面色无光、皮肤干燥及高血压等症状消失,严重患者可逐渐减量,一般患者可停药。

服用当晚入睡快、睡得香,并且“枣仁安神颗粒”绿色安全,无副作用,实现了各类失眠患者都能逐渐减少用药,最终彻底治愈失眠不再服药,打破了失眠患者终身服药的历史。失眠咨询热线:0371-66626353

### 胃溃疡反复发作怎么办

新乡李先生:我是某公司销售部经理,常到各地出差,饮食不规律,得了胃病,请问咋办?

郑州防空兵医院(原炮院医院)三楼胃肠科杨主任:本院巨资引进彩色高清晰度胃肠超声显像仪,不插管,无痛苦,能快速准确地诊断各种胃肠疾病。无论是炎症、溃疡均可一步到位明确诊断。另对肝、胆、脾、胰、肾、膀胱、子宫、前列腺等十几个器官一次性全面检查,为临床对症治疗提供了科学的诊断依据。

在确诊的基础上对急性慢性胃炎、浅表性、萎缩性胃炎及十二指肠溃疡、腹胀、腹痛、腹泻、结肠炎、便秘等各种胃肠疾病,由胃肠病专家分型对症用药,综合全面治疗,让您远离多年的胃病。

为使广大胃肠病患者正确治疗,早日康复,检查费仅收40元,药费优惠10%。

专家热线:0371-67437592

## 春困知多少? 韭菜洋葱治得了



“早上出门就昏昏沉沉,在大石桥一不留神差点没把行人撞飞。”的哥刘师傅提起早上的“意外”仍心有余悸,一向行车谨慎的他竟然开车睡着了。为了保持清醒,他甚至把空调冷风都开了点。据了解,近来温度湿度适宜,许多人都出现这种情况。在某部门从事网站维护工作的蔡小姐说:“办公室的同事都有工作情绪下降的情况,一到办公室就无精打采,总是感觉睡不醒,浑身无力。”“午饭后,眼皮就打架,几乎快成规律了。”

晚报记者 聂广利



一到春季自杀、酗酒、吵架类似事件频频出现。

### 建议:不妨多吃洋葱、韭菜赶春困

当春困袭来时,该如何把它赶走呢?“许多人认为对付春困的最好办法就是多睡,其实是认识的误区。”高新立指出,成年人每天睡8小时即可,如果增加睡眠反而会降低大脑皮层的兴奋性,使之处于抑制状态,人反而会越睡越困。

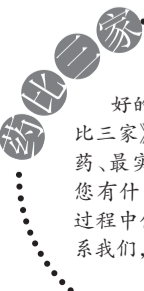
张国俊建议,驱赶春困首先生活节奏要规律。其次要经常开门窗,保持室内空气流通。再有,加强户外运动。用清凉气味的牙膏刷牙、冷水洗脸。多听激越的音乐,或欣赏一些相声、小品,也可在欢笑中驱除困意。另外,市民多吃洋葱、韭菜等含维生素多的蔬菜也可以提高体力防春困。

### 解析:大脑“缺氧”是诱因

“这其实是人体生理机能随季节和温度变化而发生的一种暂时的生理现象。”郑大一附院呼吸睡眠科张国俊曾说,寒冬气温低下,皮肤汗腺呈收缩状态,体内热量的散发相对较少,大脑和内脏器官的血流量增多,带入大脑的氧气也随之增多。加上冬季紫外线及阳光照射不足,机体内缺少足够的维生素,使得身体功能大多处于半昏睡状态。进入春季以后,气温开始回升,湿度适宜,皮肤血管和毛孔处于舒张状态,体表的血液供应量增加,流入大脑的血液就相应减少,供给大脑的氧相应减少,大脑工作受到影响,于是生物钟就被打乱,出现昏沉欲睡的春困现象。

### 提醒:春困易引发心理疾病

“春困秋乏夏打盹儿本是自然现象,但不可忽视的是因春困引发的多种心理疾病也并不少见。”郑州市第八人民医院心理科主任高新立说,据统计,有30%的人对天气的变化有感觉,出现种种不适症状,如疲倦、健忘、眼冒金星、情绪低落、工作提不起精神、工作效率降低、睡眠不好、偏头痛、注意力不集中、恐惧、冒汗、寒战、没有食欲、易激动等。他解释说,春天气压较低,容易引起人脑分泌的激素紊乱,诱发精神分裂症等多种重型精神病;加之新陈代谢和身体机能还未完全恢复到最佳状态,工作和学习时总感到力不从心,因此就会对自己的能力产生疑问、否定,根据往年的数据显示



如何花最少的钱买到最好的药。晚报《第一健康》《药比三家》栏目,帮您打探最关心的药、最实惠的药价。关于本栏目您有什么好的建议和意见,买药过程中您有什么话要说也可以联系我们,让记者为您跑腿。

电话:0371-67655036

药店/药品	健胃消食片 (江中牌 32片/盒)	白加黑 (10白片5黑片)	云南白药酊 (50毫升装)
健康人大药房 (陇海路与大学路)	6元	6.8元	9.8元
仟禧堂药店 (医学院店)	6元	9.5元(新包装)	12.6元
张仲景大药房 (医学院店)	6元	11.5元	12.6元

采集时间:2009年3月21日 采集人:聂广利