

给孩子寻找长高妙方 五个误区 您要先看清

暑期来临,到河南省青少年成长中心咨询、求诊的家长越来越多,其目的只有一个,就是给孩子寻找长高的妙方。然而在交流中专家发现,很多家长由于过于担心孩子的身高或者对孩子身高的过于自信,陷入了一种误区。

本周,我们将这些误区作一总结,提醒家长朋友,既要警惕孩子生长发育的落后,又要具有一定的分辨能力。最重要的是,有疑惑应该咨询正规的医生或专业的指导中心,而不是给孩子乱吃乱补,造成难以预计的后果。

晚报记者 吴幸歌



老师正在指导孩子训练

误区一:孩子比同龄人偏矮就算个矮

接诊中,专家发现,很多家长一看孩子比同龄人或同班级的学生个矮,就认为孩子有问题,急忙前来咨询。

对此,专家介绍,孩子是不是个矮,一般要看多方面的因素:如:具体的身高数字、现阶段的身高参考标准、3个月至半年以上长高数据等,只要孩子不低于同年龄性别标准身高的两个标准差以下,都可以算正常。因此家长没有必要过于担心。

误区二:自己个子高,孩子也不会矮

儿子已经15岁了,身高只有1.6米,但当爸的却不担心,他觉得自己个子这么高,孩子也不会矮在哪里。

“其实,也不一定。”专家介绍,每一个人的生长发展都是不同的,虽然遗传有一定的影响

作用,但如果孩子在生长的黄金期健康问题较多,也会阻碍他生长发育的进程,出现父母虽然高,孩子却不高的现象。等父母醒悟过来的时候,孩子的青春期已经结束了。

误区三:3岁前是追赶身高的最佳时期

有家长认为,3岁前是小孩长得最快的一段时间,若生长发育落后,今后再怎么追也追不上了。

对此,专家认为,如果孩子在宫内生长发育不足,生下来就个子小,要追赶这个差距确实实在3岁前。但是,这不代表3岁后个矮就没得追了。实际上,生长发育的每个时期都很重要,只是不同时期长不高的原因不相同,应对的方法也相异。

误区四:月经来潮后还能长几年

很多妈妈觉得女儿才刚来月经,肯定还能

长几年,可事实上,青春期开始,男孩是以睾丸发育为标志,女孩以乳腺发育为标志。女孩来了月经,男孩开始遗精,这表明已经进入青春中后期了。这时候想要追赶同龄人的身高已经没多大余地了。

专家提醒家长要特别留意,一旦孩子在八九岁就有早熟迹象,应及时带其就医,以免延误最佳诊治时间。

误区五:经常去带孩子查骨龄

通过查骨龄能知道孩子今后有没有生长空间,但专家并不主张家长随随便便去查。一是担心影响孩子的心理,二是没有必要让孩子经受不必要的辐射。

怀疑孩子不长时,建议家长应先带孩子到儿科内分泌专科量身高体重,如果在正常范围以下,再做骨龄检查也不迟。

教育快递

EF英孚教育

打造高品质的英语教育品牌

日前,英孚教育在郑州青少年宫中心开业后,众多家长带孩子来英孚体验外教的授课模式。据体验过英孚课程的学生说,“上课的外教讲课幽默风趣,跟我们的教育风格完全不同,让我感受到了外国人的教学模式”。

据了解,英孚的理念是重应用而非应试、重能力而非知识,为学生营造真实的语言环境,从听说入手,使其在把握语言的准确度、流利度的基础上,培训学生的英语思维能力、交际能力、英语表达习惯和自信心。EF英孚教育也是全球卓著英语培训机构,自1965年成立以来,致力于打造高品质的英语教育服务品牌,引领全球英语教育理念与潮流。

晚报记者 李娟

爱心义工

举办“心灵成长”助学活动

7月11日上午,50余名高中学子在10余位爱心义工的带领下,在升龙大厦接受“心灵成长”爱心助学免费集训。

“如何进行青少年心灵健康成长教育及引导”这一问题被各界高度关注。无论学生、家长还是教师,都有寻求更有效沟通方法及情境的心理意愿,家长大都希望孩子拥有幸福快乐的人生,并不遗余力地尽自己所能给孩子创造最好的学习和成长环境。活动是为了帮助家长探索孩子的成长过程所出现的问题,及时清除阻碍孩子成长和发展的障碍,从而解决孩子目前亟待解决的问题和亲子沟通中出现的种种困惑,让孩子发生改变,走上真正的成长道路。

晚报记者 张国庆



这里是实现长高梦想的地方 河南省青少年成长中心

成长体验营内容包括:

1. 个体营养方案指导一周。
2. 韩国国家版专业成长体操一周。
3. 成长板促进仪器一周。
4. 心理综合强化计划一周。
5. 健康成长专题分析周。
6. 专家对孩子个体生长发育的分析指导。

自然长高包括:专家指导、营养计划、成长体操、仪器助长、穴位按摩等多元化科学助长方案,依据人体长高机理,自然地延长成长板开启时间。

给我一年时间
帮您孩子多长5-16cm

成长体验营
今日启动!

暑期成长特别行动:

为孩子做件人生中最有意义的一件事

年增高不足5厘米;
女生11岁前、男生13岁前已出现第二性征;
孩子10-14岁这个阶段(突增期)的身高没有明显一窜;
孩子青春期缓长、甚至停长;
孩子身高比同龄人低6-10厘米;
孩子骨龄偏大或偏小一年以上;
孩子有严重的偏食厌食现象;
以上3-18岁孩子任意一种情况均可参与。
(名额仅限40名,时间:7月26日-8月1日)

- 郑州中心:郑州市经三路与丰产路交叉口
财富广场4号楼18楼B
- 预约热线: 0371-65350705 65350 706
- 洛阳中心:洛阳市中州中路459号数码大厦
A座2006-2008室(市中心医院对面)
- 预约热线: 0379-63928666 63313168

河南青少年成长中心向全社会郑重承诺: 身高梦想 为您实现 长幅承诺 无效返还