《儿童青少年生长迟缓食养指南(2023年版)》印发

儿童青少年生长迟缓怎么办?

新华社电 为促进儿童青少年营养状况改善,进一步降低生长迟缓率,帮助儿童青少年培养健康饮食习惯,充分发挥生长潜力,国家卫生健康委办公厅近日印发《儿童青少年生长迟缓食养指南(2023年版)》。

儿童青少年生长迟缓仍是当前面临的公共卫生问题之一

指南明确,生长迟缓是指由于膳食的蛋白质或能量、维生素、矿物质摄入不足等原因,导致身高低于筛查标准的年龄别身高界值范围,属长期性营养不良。

据《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》显示,6岁以下儿童生长迟缓率为4.8%,6至17岁儿童青少年生长迟缓率为1.7%。儿童青少年生长迟缓率城乡差异一直较为明显,农村约为城市的2至3倍。

指南指出,生长迟缓影响儿童青少年期的体格和智力发育,出现体能下降、学习表现不佳等,严重时容易导致罹患腹泻、肺炎等疾病,增加感染性疾病发病率和死亡率。此外,还可能影响其成年后的身高,增加肥胖、心血管疾病、糖尿病等慢性病的发病风险,降低劳动生产能力。儿童青少年生长迟缓仍是我国当前面临的重要公共卫生问题之一。

国家卫生健康委有关负责人表示,指南的制定充分考虑我国儿童青少年生长迟缓现状、发展趋势和影响因素,提出食养原则和建议,并结合不同证型人群、不同地区、不同季节特点列出可供选择的食物推荐、食谱和食养方示例,便于使用者根据具体情况参考选用。

定期监测儿童青少年体格发育

定期监测儿童青少年体格发育,有助于及时了解儿童青少年生长发育指标的动态变化。指南建议,依据儿童青少年性别、年龄和营养状况,至少动态纵向追踪观察6个月(最好12个月),根据儿童青少年的生长速率或生长曲线的偏离情况,评估其生长状况,及时调整指导方案。

同时,详细了解儿童青少年的饮食、运动、睡眠、心理状况,科学评估个体膳食营养状况,根据评估结果制定个性化指导方案,指导家长和儿童青少年制定适宜的膳食计划,避免强制进食。

指南提示,对于微量营养素缺乏的儿童青少年,必要时在医师或营养指导人员的指导下合理使用营养素补充剂。长期生长发育不理想、改善效果不明显或疾病原因导致生长迟缓的儿童青少年,应到医院就诊。

国家卫生健康委有关负责人表示,指南主要面向基层卫生工作者(包括营养指导人员)、2至17岁儿童青少年的家长和校医等,为儿童青少年生长迟缓的辅助预防和改善提供食养指导,不可替代药物治疗。

倡导规律运动和食养相结合

指南指出,适宜的身体活动可增强食欲,促进胃肠蠕动,改善消化功能;对于生长发育关键期的儿童青少年,可促进骨骼和肌肉的生长发育,有助于身高增长。

充足的睡眠是儿童青少年身体活动和生长发育的重要保证。"胃不和则卧不安",消化功能不良会影响睡眠,进而影响生长激素的分泌,出现身材矮小。应培养儿童青少年养成良好睡眠习惯,保证睡眠时间和质量。

在食养方面,指南建议,生长迟缓儿童青少年食物选择应全面、均衡、多样。保证一日三餐、定时定量、饮食规律,能量和营养素摄入充足。每餐的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋、奶和大豆等食物中的3类及以上。在合理膳食的基础上,可针对不同证型选用食药物质。

"食养方中选用的食药物质为国家卫生健康委公布的既是食品又是药品的物品。"国家卫生健康委有关负责人说,可在医师或营养指导人员的建议下,根据儿童青少年具体情况选择具有健脾、开胃、消滞、益肾等作用的食药物质,如麦芽、山楂、莲子、芡实、山药等,以及相应的食养方。

指南特别指出,非疾病原因导致的儿童青少年生长迟缓,常涉及挑食、偏食等原因,日常配餐过程中要注重同类食物互换,丰富食物品种,并注重蔬菜的颜色和品种搭配。

2022年2300余名纪检监察干部被处分

新华社电 中央纪委国家监委7日通报2022年对纪检监察干部监督检查审查调查情况。通报显示,2022年全国纪检监察机关对纪检监察干部立案2200余件,处分2300余人。

通报显示,2022年全国纪检监察机关共接收涉及纪检监察干部问题线索或反映2.21万件次,处置涉及纪检监察干部问题线索1.72万件,谈话函询纪检监察干部7000余件次,对纪检监察干部立案2200余件,处分2300余人,移送司法机关110人。其中,处分厅局级及以上干部77人、县处级干部460余人。根据通报,2022年全国纪检监察机关运用"四种形态"批评教育帮助和处理纪检监察干部1.79万人次。

最高法、国家文物局联合发布15件依法保护文物和文化遗产典型案例

新华社电 最高人民法院、国家文物局以及中华司法研究会文物司法研究分会7日联合发布15件依法保护文物和文化遗产典型案例。

据悉,典型案例突出依法惩治各类文物犯罪,对于被告人主观恶性深、人身危险性大,犯罪情节恶劣、后果严重的,坚决重拳出击、形成震慑;对于存在上、下游犯罪情形的,坚持"全链条、全要素"标准,依法打击盗掘(盗窃)、销赃、倒卖等各环节犯罪行为。在姚某忠等12人抢劫、盗掘古文化遗址、古墓葬、倒卖文物案中,被告人盗掘红山古文化遗址、古墓葬,且倒卖文物、抢劫文物,形成专业犯罪团伙,实行"一条龙"作业,涉案文物等级高、数量大,非法获利巨大,人民法院坚持依法重拳出击,全面打击文物犯罪网络,严惩文物犯罪团伙首犯,彻底斩断文物犯罪链条。

国家文物局副局长关强介绍,党的十八大以来,各级人民法院和文物行政部门加强协作,惩治文物犯罪案件1.1万件,追缴涉案文物17万件。我国文物追索返还国际合作不断扩展深化,先后与24个国家签订了防止盗窃、盗掘和非法进出境文物的政府间协定,共实现32批次、1800余件(套)流失文物艺术品回归祖国。

"中老泰"全程铁路运输往返班列首发

新华社电 7日下午,一列搭载19个冷链集装箱、约280吨新鲜蔬菜的中老铁路国际货物列车从云南省中铁联集昆明中心站驶出,标志着"中老泰"全程铁路运输往返班列成功首发。

据中国铁路昆明局集团有限公司介绍,首趟"中老泰"全程铁路运输班列预计55小时后到达泰国曼谷,该班列由中老铁路"澜湄快线"国际货物列车从昆明运到老挝万象南站进行换装,再经泰国米轨铁路运抵曼谷,较以往的铁路加公路分段运输模式缩短约1天时间,运输成本降低20%以上。班列返程时将装运泰国龙眼、榴莲等应季水果,实现班列重去重回。

据了解,中老铁路跨境运输的货物由开通初期的10多种扩展至1200多种,货运总量超过250万吨。

物业管理招标公告

"东方港汇中心项目"位于郑州市航空港经济综合实验区四港联动大道东侧,云港路北侧。项目总占地面积12919.75平方米,总建筑面积35580.7平方米。现公开招标选聘前期物业管理公司。一、投标单位资格要求:1、资信良好,且需通过房产行政主管部门的资格预审。2、无欺诈、违约、违规等不良行为记录。二、投标报名及招标文件领取时间:2023年2月8日~2月14日。三、投标资格预审方式:线下资格审查、报名。四、招标文件获取办法:郑州航空港经济综合实验区市政建设环保局住房保障和房地产管理处(通过线下现场资格预审后获取招标文件)联系电话:0371-86199679

招标人:郑州路港产业运营管理有限公司
2023年2月8日