

## 幼教直通车



周口市博宇幼稚园协办

地址:周口市川汇新区纬一路  
电话:8566966 8566866

本园长期招聘中文、英文优秀教师

## 育儿提醒

### 拒绝秋季腹泻 防脱水是关键

“忽然一阵秋风凉,腹泻小儿排成行”。随着秋季的到来,小儿腹泻会渐渐进入一年的高发期。专家介绍,秋季腹泻大多发生在小儿身上,6个月至3岁的儿童最为多见。

#### 小儿秋泻多是病毒感染

“小儿秋季腹泻的病因,多是轮状病毒感染引起的。轮状病毒在初秋气温下降时容易滋生,而小儿的抵抗力较弱,耐受力比成人差,一旦身体的免疫功能不能适应天气的突变,就会受到病毒的侵害。”

专家说,轮状病毒引起的小儿腹泻,起病急,以肠道表现为主,大便稀薄,呈蛋花汤样,小儿甚至会出现呕吐,并伴有咳嗽、流鼻涕、发烧等呼吸道感染症状。

“轮状病毒是自限性的,小儿需要7~10天才能恢复,如果没有合并细菌感染不需要使用抗生素。一旦合并细菌感染,需用一些抗生素。”

#### 用药治疗多重防护

专家说,由轮状病毒引起的小儿腹泻,可以用一些调节肠道菌群的微生物制剂,如整肠生、金双歧等,还可以用消旋卡多曲抑制肠道分泌。

如果一天拉稀的次数过多,还要预防脱水。对于轻、中度脱水,如果能够进食,可以用口服补液,如果出现重度脱水,则需静脉补液。另外,蒙脱石制剂等肠黏膜保护剂,能吸附细菌、病毒及其产生的毒素,对消化道黏膜有很强的覆盖、保护作用,有减轻腹泻症状及缩短疗程的作用。

另外,中药治疗秋季腹泻有较好的疗效,急性感染期可以服用藿香正气水、葛根苓连微丸、苍苓止泻口服液;到了慢性非感染期,可以服用参苓白术散等。不过,中药汤剂需在医生的指导下服用。

#### 饮食控制应少吃多餐

专家建议,腹泻的小儿在病情得到控制后,恢复正常进食要遵循从流质至半流质,再到软饭的逐渐过渡。流质饮食,如牛奶、藕粉、果汁、鸡蛋汤等易于消化吸收,并含有人体所需的大量电解质。要注意少量多餐,防止增加胃肠道负担而引起消化不良、腹胀等。

另外,不要让患儿吃油腻、含粗纤维过多的食物如韭菜、芹菜和凉性的水果,避免加快胃肠蠕动,使病灶尽快修复。  
(小洛)



## 园长手记

# 我们幼儿园也留作业

星期天的下午,写好了下周工作计划,刚走到校园里想休息一下,恰逢一位家长来看园,便带着他们边参观边聊。

转了一圈,看完了教室、活动室、睡眠室,参观了食堂、感统教室、阳光大厅,家长对园里的硬件赞不绝口。随后家长又问:“你们幼儿园的幼小衔接班都教什么?学的是多少以内的加减法?每天留不留家庭作业?”我笑了,耐心地告诉他们:“我们是按照现代幼儿教育理念来办园,从有利于孩子身心全面发展来设计课程,不能也不可以单纯地把小学课本的知识拿来教孩子。”家长显然对我的解释不尽满意,一再给我提建议,让我们多布置作业,说他的孩子在原来的幼稚园每天回家都写好长时间的作业。

我又笑了。我非常能理解家长的心情,他们不太懂教育,他们平时所关注的就是“教多少、学多少”的问题,他们的想法是幼儿园是为小学入学打基础的,他们的希望是孩子在上小学之前把小学一年级的课程都学会,这样就“赢在了起跑线上”。

当然,我一直不赞同这个说法的,因为,这里所谓的“赢在一时”的背后却是“输了一生”!试想,当一个孩子刚刚跨进小学一年级的校门,所面对的崭新的课本上全部都是幼儿园时期所学的内容,老师还没讲他就全部都会了,这与“复读生”何异?对新的学校,新的老师,新的教材,新的知识还有什么新鲜感?结果呢,或者不听课了,因为都学过;或者是频频举手表现自己已

经学过,以至于最后老师不能也不敢提问。孩子的一份热情被“浇了冷水”,郁闷后开始不喜欢上课,继而不喜欢老师,学习兴趣受到打击,学习习惯受到损伤,学习能力受到忽视,甚至到后来二年级再学习他们没有接触过的新课时,已经变得不会听课了。学习品质的大问题在不知不觉中形成,并且积习难改,影响终生。

面对这位家长朋友的问题,也基于我对幼儿教育积累和理解,便又耐心地给家长说:“我们幼儿园小班就开始留家庭作业了。”

家长朋友开始用惊讶和不解的目光看我。

“只不过我们的家庭作业绝不是类似小学生的那种写写、算算、背背的作业,而是结合日常的季节、节

日等针对孩子的自理、劳动、礼仪、感恩等品质教育,给孩子布置一些恰当的家庭生活中的行为要求作业。如,春节在爸爸妈妈的帮助下给老师编祝福短信,给长辈制作新年贺卡;母亲节帮妈妈管理家庭鞋架的摆放,收拾自己的玩具,给妈妈捶背等;中秋节了解当地的节日习俗,背诵与节日有关的古诗等,并要求家长及时评价和反馈到幼儿园,老师也会作出相应的评价。我觉得这才是幼儿园该留的作业。”

家长朋友终于颌首微笑了。我却暗暗觉得自己肩上的担子又重一分:现代幼儿教育的必行之道,是为了孩子们终生做人做事和为其终生学习奠基,作为一个幼教工作者,我们责无旁贷啊!  
(周口市博宇幼稚园园长 常远)

## 父母必读

9月20日全国爱牙日,口腔专家提醒——

## 护牙从第一颗牙开始



让宝宝拥有一副健康漂亮的好牙齿,是父母更高明的关爱和更实惠的呵护,否则将会留下对孩子永远的歉疚。值9月20日全国爱牙日之际,专家提醒,从小培养爱牙好习惯,摒弃伤牙的坏习惯。

#### 爱牙好习惯

● **长出第一颗牙就要护理** 当宝宝长出第一颗牙,早晨及晚上临睡前,妈妈在食指上缠上干净的纱布,沾清水清洁牙齿及牙龈,有利于保持乳牙清洁,按摩牙龈也可促进牙齿萌出。出牙后的宝宝,喝完奶后,要给宝宝喝几口白开水,以清洁口腔。

● **养成早晚刷牙好习惯** 从3岁起就可以让宝宝学习自己刷牙了。开始刷牙时最好不要用牙膏,等

熟练后再使用牙膏。

● **教宝宝正确刷牙** 正确地刷牙才能起到应有的效果。

● **吃东西过后漱口** 每次吃过食物后,尤其是吃过甜食后,要及时让宝宝喝白开水漱口,防止食物残渣伤害牙齿。

● **睡前不吃东西** 在睡前刷牙,把留在牙缝和牙面上的食物残渣刷干净,刷牙后不再吃任何东西,就可以维护一夜的口腔卫生。

● **在运动中保护牙齿** 有些宝

宝喜欢运动,运动中难免有伤害。建议在易发生撞击导致牙外伤的高强度、对抗性运动中,最好佩戴牙托。

● **每年定期检查牙齿** 宝宝乳牙萌出后,父母就应带宝宝看一下牙医,听从牙医的指导。学会保护孩子的乳牙,每半年要到牙科做一次全面检查。到了孩子乳恒牙交替时,牙齿的变化明显,家长们应3个月~6个月就带孩子到牙医那里,如果牙齿有问题,可将牙齿问题消灭在萌芽阶段。

#### 伤牙坏习惯

● **吮指** 3岁前有吮指习惯的儿童,其错合大多限制在牙弓的前段,而且是暂时的,只要不再继续吮指,畸形会自动消失。

吮指习惯超过3岁半,牙颌畸形的恒久性将明显增加。如果习惯延长到混合牙列时期(6~12岁),则可能发生永久性畸形。因此必须及时干预矫正。

● **矫正方法**:1. 父母应培养儿童积极参与正当游戏,转移儿童注意力。

2. 要给予儿童较多的爱护及关怀,减少其不安与孤独感。

3. 对于那些发生时间不久、持续时间不长的不良习惯,对儿童进行耐心的说服教育,再加上父母的引导和提醒,即可很快奏效。

4. 运用提醒方法,如用布带包扎吮吸的手指,或在吮吸的手指上戴手套等。

5. 长期而又比较顽固的习惯,愿意接受治疗者,可以用口腔内佩戴矫正器的办法协助破除。但此种矫正器只有“提醒”的作用,其本身并不能破除不良习惯。

● **咬东西** 咬下唇或咬笔、咬被角的孩子比较常见。一般发生在学龄前儿童。此种习惯可造成上前牙

突,上下嘴唇闭不上,也就是俗话说说的开唇露齿。

● **矫正方法**:1. 大些的孩子可学习吹箫、笛等乐器,在加强了唇肌的张力后,此种习惯较易破除。

2. 当宝宝咬其他物品时妈妈要及时制止。

3. 对学龄前儿童可以在下唇上涂不良味觉的食物,必要时可戴矫治器破除。

● **偏侧咀嚼** 长期偏侧咀嚼会造成面部左右发育的不对称。而不常咀嚼的一侧因为缺少食物的冲刷更容易堆积牙垢,出现龋齿和其他牙周疾病。

● **矫正方法**:1. 看宝宝不爱咀嚼食物的一侧是否有问题,比如有溃疡、有牙洞要及时治疗。

2. 提醒宝宝两边的牙齿都要用。

● **食物太软** 如果总是吃太软太精的食物,从来不用力咀嚼,则恒牙质量受到影响。

● **矫正方法**:1. 妈妈可以给宝宝多吃水果,如梨、苹果、桃等,既营养又能锻炼宝宝的咀嚼功能。

2. 干果类如核桃、杏仁可当做零食,主要是锻炼孩子要吃硬一点的东西。

3. 对于大宝宝,各种水果要宝宝咬着吃,而不要每次都削成小块或榨汁给宝宝。

● **常喝碳酸饮料** 碳酸饮料会导致牙齿表面产生菌斑,进而严重的会引起龋损,破坏牙组织。

● **矫正方法**:1. 宝宝要是喝水,就递给白开水,而非饮料。

2. 妈妈尽量不买碳酸饮料回家。

3. 偶尔因为过节、过生日要喝时,给宝宝控制量,一天不要超过2杯。  
(姚麟)

## 育儿锦囊

## 给宝宝喂药 也要选个“利器”

喂药器可以减少给宝宝喂药时的各种困扰,让妈妈们更加轻松方便。目前市面上销售的喂药器有两种。

第一种:安全药匙。由食品级聚丙烯制成,将匙梗及药瓶合二为一,方便给宝宝喂药,又不会让哭闹中的宝宝弄洒药水或出现呛气

现象。匙梗部附有刻度,方便把握容量。适合12个月以上的宝宝使用。

第二种:针筒式喂药器。由食

品级PC原料制成。针筒式喂药器的设计,符合宝宝口腔结构,可以将药物直接喷入食道,使药效充分发挥,达到最好的效果。  
(搜狐)