

老人说小孩脑袋睡平了富贵,年轻人说扁头容易大饼脸

# 婴儿的睡姿真的能影响头骨形状吗?

如果有影响的话,该怎么睡才有利于头骨发育?

记者 陈玲 实习生 金丽亚

最近看到一则微博,讨论的是婴儿出生后的睡姿问题。有网友说,中国的传统老人喜欢让刚出生的婴儿躺着睡,但是地心引力容易把头往下拉,所以中国孩子大多头比较扁。有网友说,外国家长常让宝宝趴着睡,所以外国小孩大多圆头高鼻子,长大会更好看。



## 睡姿为啥会影响头型?

出生后的睡姿真能改变头骨形状吗?记者采访了市三医院儿科主任章岚岚。

“婴儿睡姿会影响头骨形状,这与新生儿头骨软有关。”章主任说,一般刚出生的婴儿头颅比较软,随着月龄的增加,骨骼逐渐钙化,颅骨才渐渐变得坚硬起来。因此,在出生后的头几个月内,如果头部某方位长期承受重量的压力时,比如固定仰卧的话,那娇嫩的颅骨长期受压,慢慢就会变成扁头。“其中早产儿尤其容易受到影响,因为相对头颅发育不好,更容易变形。”

章主任还告诉记者,她们科里就有个护士刚刚当了妈妈,最近就有点烦。孩子的奶奶是山东人,她那就流传一种说法,小孩子一定要把脑袋给睡平了,这样长大后大耳圆脸,比较富贵。因此,奶奶就硬要给孩子睡硬枕头。可护士不太乐意,孩子后脑睡平了,长大容易变成“大饼脸”,为此家里还闹起了矛盾。章主任说,其实头扁不

扁跟大脑发育程度没什么关系,主要还是审美的问题。

## 趴着睡容易造成窒息

仰睡既然会让头扁,那么老外说的趴着睡真能让头型变美吗?

趴着睡——胸部和腹部放在下面,背部和臀部向上,脸颊侧贴在床面,这个姿势的确看上去最不易产生扁头。但由于新生儿头颈肌肉无力,自己转动头部的能力非常有限,如果床褥过于柔软,宝宝在睡眠过程中巨将头埋在其中,则很容易发生窒息。

据了解,西方国家此前的确崇尚让宝宝趴着睡,但到了1992年开始就广泛呼吁婴儿应当仰卧睡觉,主要原因就是为了避免婴儿猝死综合征(SIDS)。“造成婴儿猝死综合征最大的危险因素即为趴着睡,尤其是吐奶、咳嗽的婴儿绝对不能趴着睡。”章主任说。

“长时间的侧睡也不好,除了脑袋容易睡斜,孩子的面部也会出现情况。”专家说,一直一个方向侧睡,位于上部 and 侧面的肌肉容易下垂,也很容易造成孩子

的“大小脸”。

## 婴儿要经常更换睡觉姿势

“睡出好头型关键在于不要固定一个睡姿。”章主任介绍,一般来说,每2个小时左右调整一下睡姿比较合适。侧睡时要注意婴儿的耳郭不要受到挤压。如果婴儿吃完奶后易溢奶,可在喂奶后让宝宝取右侧卧位,以减少溢奶,因为右侧卧位比左侧卧位及平卧位更容易消化食物。另外,刚出生的新生儿平躺睡觉时,背和后脑勺在同一平面上,颈、背部肌肉自然松弛,加之婴儿头大,几乎与肩同宽,侧睡时头与身体也在同一平面上,因此可以不用枕头。3个月以内的婴儿,可将毛巾折叠几层枕在头颈部来代替枕头,不要用很硬的枕头。“家长对婴儿睡姿要进行早期干预,及时调整,如果婴儿出生半年后睡姿成习惯就难以调整了。”

专家称,现在市面上已经在流行一些主张有固定头型功能的婴儿枕,但她并不提倡,最好的方法还是家长细心点常常更换宝宝睡姿即可。

《狱中的父亲寄出一封封求助信》后续

## 小佳铠顺利做完心脏根治手术

本报讯(实习生 金丽亚 记者 余敏)一个狱中的父亲,给医院院长写了一封信,改变了一个孩子的命运。日前,小佳铠在浙大儿院顺利完成心脏病根治手术。

12月下旬,浙大儿院院长杜立中收到一封来自监狱的信件。信件是由正在服刑的父亲寄来的,渴求医院能给予他的孩子佳铠一个继续活着的机会。小佳铠患有严重的先天性心脏病和唐氏综合征。浙大儿院医院核实信息后,联合爱佑基金会展开救助。1月5日,小佳铠和母亲刘娟娟从福建赶到杭州,当晚入住医院(详见本报1月16日B05版报道)。

1月16日,小佳铠顺利进行心脏造影手术,身体各项指标均达标,可以进行心脏手术。

1月25日,小佳铠进行了一次性的心脏病根治手术。早上8点半左右,他被推入手术室,9点40分,手术正式开始。10点57分,小佳铠心脏复跳,手术基本顺利完成,随后小佳铠从手术室转入外科监护病房。

心胸外科主任兼大外科主任张泽伟教授介绍,接下来几天小佳铠会一直待在外科监护病房,进行术后心脏监测。

“手术很顺利。目前血压很稳定,血氧饱和度也在正常值,除了肺动脉发育较差等个别问题外,基本上心脏没有大问题。”张主任介绍,“手术是第一关。接下来还要进行一系列监测。如果情况稳定的话,这两天会撤离呼吸机,实现自主呼吸。术后需要考虑到心脏功能变化,比如心率失常等,还有血压波动等情况。另外还有感染问题,要注意外科手术伤口感染,呼吸道感染,冬季还要考虑到病毒感染,希望可以平稳度过围术期。”

小佳铠的母亲刘娟娟听到手术顺利的消息后,悬着的心终于放下,激动地紧握着双手,“从昨天傍晚开始就没有吃过什么东西了,昨晚一晚孩子也没有睡好,翻来覆去的,实在太紧张了,现在终于安慰了点。”

1月22日,刘娟娟去了监狱探望了丈夫张木林,并告诉了丈夫关于小佳铠手术的相关信息。张木林也打电话来询问手术信息,给妻子和孩子打气。刘娟娟说,等孩子康复出院后要带他去爸爸。

一杯药茶温暖回家路

## 胡庆余堂的药茶暖心暖行

记者 余敏 报道

1月26日,为期40天的2013年全国春运正式启动。在杭州城站火车站,穿梭着一群戴着小红帽,身着白大褂的志愿者,他们有的为乘客递上一杯杯热气腾腾的药茶,有的送上一包包爱心药膳汤圆。乘客拖着行李走累了,坐下来歇一会儿,会有中医帮你把把脉,测量血压。感觉冷了,还可以临时到这个驿站免费领取衣服……这就是由胡庆余堂国药号联合共青团上城区委、上城公安分局,开展的“暖衣、暖茶、暖心、暖行”活动。

记者从胡庆余堂国药号办公室主任张永胜处获悉,本次活动将持续40天,胡庆余堂药茶的配方也是专门针对这个特殊时期,由医生专门开具处方,由专业药师配置而成,里面添加了黄芪、枸杞、甘草等十多种中药材,其主要功效就是补气,增强抗寒防风和免疫力。此外,现场还提供汤圆、热饮、免费品尝。胡庆余堂还免费提供一些常用的感冒药、晕车药等,现场志愿者为过往乘客提供指路、咨询等服务。

据了解,这次活动药茶将24小时不间断供应,投用一次性杯子50万只,汤圆500公斤,衣服300余件。

## 追求人与自然的和谐发展

余敏/文

我们推出的“如何挑选灵芝孢子粉”系列报道,已传阅过读者几招:第一,尝一下苦味重不重,苦味重的才是上等灵芝孢子粉;第二,闻一下孢子粉有没有油蒿味,如果有,说明已经氧化了,不是很好;第三,看灵芝孢子粉加工技术和工艺水平,是不是含有残留重金属等。

随着社会的发展,人们对灵芝的需求越来越大。我们知道灵芝是一种依靠本身所含的各种酶类,把木质素、纤维素等复杂的有机物分解为自身可以吸收利用的营养物质,所以种植灵芝目前最好的方法是用原木(实木)。

种植原木灵芝需要大量木材,灵芝产业的发展 and 植树造林保护自然,就成了一对矛盾,如何才能做到人和自然的和谐发展呢?国务院特殊贡献津贴专家、全国劳动模

范、寿仙谷药业董事长李明焱研究员认为,要发展灵芝产业,一定要遵循一种可持续、循环的健康经营理念,就是要更加仔细地对灵芝整个产业链进行科学地研究。

目前我省灵芝主产区使用的栽培树种极为单一,青冈占了2/3以上,芝农们一直认为可壳斗科树种是灵芝栽培的首选树种,使常用的青冈这样的灵芝栽培树种资源紧缺,影响了实木灵芝的可持续发展。

为了真正了解不同树种对树木灵芝栽培的影响,挖掘灵芝栽培树种资源,保持灵芝产业的可持续发展,做到人和自然的和谐相处,寿仙谷药业对我省较常见的几个阔叶树种和实木灵芝栽培基质进行了对比试验。

研究发现,不同树种栽培灵芝对灵芝子实体外表色泽有明显影响:

白栎、青冈、漆树、拟赤杨栽培的灵芝表面光泽性好,杨梅、甜槠、枫香栽培的灵芝表面光泽性较差。

## 寿仙谷开创灵芝生态循环经济的栽培模式

不同树种基质栽培灵芝,对生物转化速度和转化率有较大差别,枫香栽培灵芝前期(第一潮)生物量大,生物转化速度快,而杨梅生物转化速度慢,第一潮灵芝的转化不到二潮的40%,第二潮生物转化占60%以上,主要的生物转化在第二潮。

从各种树种栽培灵芝的子实体色泽外观、生物转化率和内在成分的综合评价,灵芝栽培适合度从高到低依次为:

漆树、青冈、枫香、杨梅、白栎、拟赤杨、甜槠。这些树种中枫香、杨梅是速生树种,可以作为灵芝原料林造林树种,寿仙谷药业与丽水市林科院、林业局等单位联合在龙泉、庆元、遂昌等县营造了原料林1.28万亩,平均每年可增加蓄积2560立方米,可用于灵芝实木栽培100多亩,为灵芝栽培业的健康可持续发展提供支持。

那么,种完灵芝后的木料怎么处理,当废料扔掉?

那就太浪费,很可惜,没有做到“取之于自

然,还之于自然”。为此,寿仙谷首创“灵芝→铁皮石斛→有机水稻→饲料喂养→藏红花”高效生态循环的循环栽培模式。用20年以上树龄的原木栽培灵芝,灵芝栽培后腐木经发酵处理后制成铁皮石斛种植基质,铁皮石斛栽培后基质用作水稻、菊花等有机肥,稻谷脱壳后来糠与灵芝、灵芝孢子粉、铁皮石斛等加工后的药渣制成饲料喂养猪、鸡,猪鸡粪加工成有机肥种植藏红花。

寿仙谷药业不但实现资源循环利用最大化,免除废渣环境污染,而且解决了用沙石为基质栽培铁皮石斛造成大田沙石化、复耕难、基质不科学、营养不合理、产量低的问题。

如今,寿仙谷药业开创的“灵芝生态循环经济的栽培模式”,已被国家星火计划立项,并于今年二月份由国家科技部组织专家在杭州对该项目评估验收,同时寿仙谷药业灵芝基地还通过中国和欧盟国际有机认证,以及国家GAP认证,为健康发展生态灵芝产业开创了新路。

# 省教育厅发禁令:禁止寒假期间一切补课行为

今年处罚力度“空前”严格,违规学校将受重罚,相关负责人或被约谈  
举报寒假补课可拨打省教育厅电话0571-88008828、88008999及本报新闻热线0571-85109999



本报讯(记者 方秀芬 通讯员 孙菊红)今年,杭州市中小学寒假时间确定为2月2日至2月25日。寒假还未正式开始,但省教育厅已经闪电般的发布了一道“禁令”,严禁任何理由利用寒假补课,否则相关负责人或被约谈。

昨天,省教育厅正式公布了《关于严禁全省中小学寒假期间组织违规补课的通知》(以下简称《通知》),要求各地各校坚决禁止寒假期间组织违规补课行为,并公布了寒假补课举报电话0571-88008828、88008999。本报新闻热线0571-85109999也同时开通违规补课举报电话。

## 《通知》中规定了若干“严禁”今年寒假初三高三也不能补课

初三高三暑假或冬多或少短期补课,这几乎是公开的秘密。今年不同了,连初三、高三都不允许补课。

严禁以任何理由利用寒假时间组织学生进行违规补课、上新课或以各种名目举办文化补习班、培优班、提高班等,包括初三和高三毕业班学生;严禁在职教师参与假期有偿补课、有借家教、开课外辅导班或在课外辅导班授课等行为……这些“严禁”都在省教育厅发出的《通知》中。

“也许是升学压力,高中补课投诉案例较多。”浙江省教育厅基础教育处处长方天禄说,往年有学生及家长打来投诉电话,称学校在寒假期间组织补课,比如,原本2月2日放假,但总要补课几天,拖延至2月5日放假;原本2月25日开学,但过了正月初七,就要学生返校上课。这种补课行为,让学生很厌烦。

“孩子们期待开开心心过大年,非常讨厌补课。有了厌学情绪,学习效果也好不到哪里去。”方天禄说,在投诉电话里,他们还发现一个现象,打来投诉电话的学生,并非成绩不好的,相反有些学生称自己名列前茅,他们讨厌老师这种冷冰冰的行为。

“义务教育阶段的补课投诉比例相对较少,但以前也接到过个别投诉。”方天禄说,这些投诉内容主要涉及:老师诱导或组织学生到校外参加某些培训班,比如奥数班。今年,在《通知》中特别提到了,严禁出借学校场所用于举办针对中小学生的文化补习班,严禁与校外机构合作举办各类补习班,严禁组织或诱导学生到社会培训机构进行补课、培训等。

## 延伸新闻 20多天寒假生活如何安排? 校长们说给自己设计“大餐”

本报讯(记者 黄丹)对于省厅禁令,杭州教育界有何反应?记者在杭州几所高中和初中了解到,往年由于初三、高三的学生面临中考,学业压力大,不少学校会在寒假结束前,组织学生提前几天返校上课。今年禁令中特别提到了初三、高三学生,有校长认为,对学校对学生来说,都是好事。

“以前是因为有人破坏了这个规则,大家都不遵守,就禁止不行,就算学校不补,家长也会要求补,因为别人家的孩子在补,自己不补就吃亏了。”这位校长坦言,大家都被裹在这个大潮中,仅仅靠一两个人,根本拦不住补课大潮。

今年,杭州中小学的寒假从2月2日开始到2月25日(正月十六)结束。如何合理安排这20多天假期生活?学军中学校长陈立群也认为,补课要“补”,但补的不是文化课,要补精神课、社会课、家庭课,更关注学生的精神成长和社会责任感的培养。

建兰中学分管德育的副校长孔晓玲建议,把这20多天分为三个星期,中间一星期拿来放松。“过年也是一种学习,体验亲情和民族文化,这种经历不可少。”孔校长建议老师、家长,把这个星期还给孩子,让他做自己想做的事。而放假后的一星期和开学前一星期,应该有规律作息。

杭州二中校长叶翠微说,同学们应该给自己设计三道“大餐”:“亲情大餐”,春节就应该和父母呆在一块儿,一家人享受天伦之乐,学会感恩长辈,“现在独生子女多,应该多些家庭活动,这是作为人的基础”;其次是“艺术大餐”,多走进剧院和艺术馆等,欣赏美的东西;最后是“运动大餐”,年轻人别把自己关在房间里,多做户外运动。

## 学校补课一旦查实将受重罚 相关负责人会被“约谈”

也许“上有政策,下有对策”,为了升学率,往年总有学校想要冒险。但今年处罚力度格外严。

《通知》中特别新增了“两条”处罚:对查实有普通高中学校违规补课行为的,将暂缓对其进行普通高中特色示范学校评估;对出现违规补课学校较多的市、县(市、区),除按照有关规定处理外,省教育厅将对教育局主要负责人和分管负责人实行约谈。

“发现一起,严查一起。”方天禄表示,假如某一高中发现一个被查实的补课投诉,那么教育主管部门对这个学校会有一个明确的处罚,将立刻暂缓对其进行普通高中特色示范学校评估,这对很多高中来说

是一个很大“打击”。

同时,对寒假违规补课或其他加重学生课业负担的行为,我省将建立中小学习业负担督查制度,省教育厅将通过明察暗访等形式对各地寒假违规补课情况进行督查,对查实有义务教育阶段中小学违规补课行为的县(市、区),将暂缓对其进行义务教育发展基本均衡县(市、区)评估等。

此外,省教育厅要求各地严格保证中小学寒假放假时间,不得随意变更,按照“谁主管、谁负责”的原则,加大对寒假中小学习业负担行为的监管。各地教育部门要积极联系工商、公安等部门,切实加强对社会民办教育机构的监管和监督检查,及时查处寒假期间面向中小学生的违规补课行为。

# 近江东、西园社区仍采取双学区制 天地实验小学、胜利小学(赞成校区)学区划分第二次意见征询

本报讯(记者 黄丹)不久前,上城区公布了2013年学区调整的初步方案,并向市民征集意见。其中,天地实验小学的学区调整备受关注。近江东园社区、近江西园社区和徐家埠社区,将划入天地实验小学学区。这一调整,引起了近江一带居民的不小反响。(详见本报1月24日A8版)

近日,记者从上城区教育局了解到,惠民服务中心陆续收到关于天地实验小学学区调整的意见和建议,区教育局在听取部分家长和相关学校校长意见后,出台了调整天地实验小学、胜利小学(赞成校区)的招生计划和学区划分意见征询方案第二稿。其中,近江东园社区、近江西园社区仍采取2012

年的双学区制,由家长选择天地实验小学或胜利小学(赞成校区)中的一所报名就读。

胜利小学(赞成校区)2013年计划招生4个班共140人,每班35人,拟将班额扩为每班42人,一共招生168人。天地实验小学2013年计划招生3个班共105人,每班35人,因地原因,拟

将班额缩小,调整为每班30人,一共招生90人。两校招生计划总数与户籍儿童数基本一致。

不过,此方案仍然在意见征询阶段,广大市民有任何意见可以拨打上城区教育局惠民服务中心电话:87802200。最后的学区划分以上城区教育局2013年3月份公布的学区划分文件为准。

## 让孩子像艺术家一样创作



本报讯(记者 黄丹)无论是国画中的“小荷才露尖尖角”,还是儿童画中的“未来美丽世界”,这是一场特殊的艺术展,让我们看到了孩子们宝贵的童真。

这是三尚少儿美术教育机构举办的少儿“年度优秀作品展”,80名三尚小学员展出创意儿童画、国画、书法、版画作品共计100余件。开幕当日,前来参观的家长与孩子络绎不绝,这些可爱的作品,深受大家的喜爱。

三尚少儿美术以“尚智、尚美、尚德”的宗旨办学,为孩子提供专业的艺术教育,“珍视、保留、发展儿童的天性”。“为孩子们举办专业的、属于自己的画展,出画廊,是因为我们希望,能让孩子像艺术家一样的创作。我们会将这件事一直进行下去!”画展举办人小梅老师说。