



这个问题有反馈了▶▶

孩子之间的矛盾 家长该介入么

上周，网友“我很想飞”在178互助坊发帖询问，事情的起因是一位好友的孩子跟同学因争夺一个玩伴而发生打斗，对方吃了亏，孩子家长告到学校，最终演变成双方家长之间的战斗。“这种孩子之间的矛盾，家长该介入吗？大家有什么好的建议？”这个问题引发了网友的热议。

网友“Jason”认为，家长是孩子的榜样，家长讲道理、宽容待人，对孩子能起到潜移默化的作用。“我一个朋友经历过类似一件事，他的孩子在校玩沙包时被一个同学打伤了眼睛，伤人孩子的家长马上赶到学校，主动送受伤孩子去医院检查，并提出赔偿。朋友一看，立即提出不要赔偿，理由是孩子不是故意的，而且不想这件事影响两个孩子的关系。家长的榜样作用一下子就出来了。”

网友“坠入深海的鱼”对此很认同，觉得孩子之间的矛盾，家长最好少介入。“首先，家长介入的作用有限。家长的介入可以解决一两次具体的矛盾，却改变了孩子在群体中的处境。孩子在群体中处于什么位置，只能由他自己决定，旁人帮不上忙的。而且可能还会带来副作用，因为孩子搬父母来‘镇压’，对别的孩子是种示威，很可能让对立加深。”

网友“YOYO”的观点有所不同，她认为，孩子遇到自己难于处理的事情，家长也不是不能介入，只是要多一种理解和尊重，不仅对自己的孩子，也对别人的孩子。同时，最好不要将事情公开化，让孩子处于矛盾的中心，左右为难。

“假如非要在大家庭之下说清楚，让有错的一方公开道歉，恐怕最后不是矛盾的解决，而是更多矛盾被点燃。现实往往是，家长之间还在纠缠不清时，孩子自己已经置之脑后，和好如初了。”“YOYO”说，有些事情，家长实在不得不介入的，应该主要针对自己的孩子，而且在私下进行，在把所有问题都搞清楚之后，和孩子充分沟通，达成共识，然后让孩子自己去解决。

网友“水晶玻璃”则注意到了另一种情况：看到孩子发生争吵打斗，不问原因，家长就替孩子向对方道歉。这样的家长大多是很谦让和通情达理的，却不知这样的“谦让”意味着放弃了培养孩子责任感的良机，也会伤害孩子的自尊心，混淆孩子的是非感。（金晓东）

这个问题大家这样说▶▶

春运 把健康与孩子一起带回家

在每年的春运大军中，那些或被父母紧紧搂在怀中，或被老人辛苦背在肩上的婴幼儿，已经成为一道特殊的风景线。尚在襁褓之中便要跟随大人长途奔波，这样的情景很容易让人心生怜惜。事实上，如何在旅途中照顾好如此小的“特殊旅客”，也常常是让不少妈妈感到发愁的事。这不，在我们的178互助坊，不少准备带孩子踏上回乡之旅的爸爸妈妈真在为此讨论的热火朝天呢。

网友“雷古拉斯凯奇”认为，路上给孩子做好卫生很关键。冬天天气冷，很多孩子本来就不愿洗手，加上在火车或汽车上条件所限，洗手的机会可能更少，这也容易增加感染病毒的机会。因此应尽量让孩子到到处乱摸车上的东西，并且不要让孩子直接用手接触食物。进食前先洗净双手，必要时可以带上酒精棉球和湿纸巾，以便在无法用清水洗手时擦净双手。

网友“二手机学家”则是提醒家长要注意饮水卫生。长途旅行时还要注意给孩子补充水分，特别是在有暖气的地方，空气比较干燥，可以随身带一个保温水杯，隔一段时间给孩子喝一些热水。尽量少给孩子吃生冷的食物，如冰淇淋、酸奶、生冷水果等。

春运期间，大量人口出行，拥挤的长途汽车、火车上人群密度大，网友“平静”认为，无论汽车、火车，车上的空气都不够流通。为孩子的健康着想，在有条件的情况下应多注意通风。比如，可以适时开窗让孩子透透气，或是在停车时带孩子下车呼吸一下新鲜空气。

春运人口的大范围流动，很有可能会出现流感大面积暴发。网友“快乐的鱼儿”提醒要出游的家长一定要事先准备好儿童专用的中药汤剂或中成药对付感冒。如宝宝出现咳嗽、发热、咽痛、流涕等感冒症状，就可以及时服用。（金晓东）

这周热点问题▶▶

为什么现在的孩子这么弱不禁风

提问网友：“jason” “不好了，有个学生摔了一跤，牙齿断了。”在学校里，校医王老师经常听到有学生磕断牙齿，或摔成了骨折。王老师说，现在的孩子怎么这么不经摔？我们小时候，磕磕碰碰的事情也不少，也没见这么脆弱。为什么现在的孩子这么弱不禁风？



公共场所禁烟宁波再给力些

记者 王佳 通讯员 吕方伟 庞赓

尔和多尔在《英国医学杂志》上，第一次肯定了吸烟与肺癌有必然联系。吴医生引经据典：为了进一步研究这个问题，多尔和希尔从1951年开始对34439名男医生和619名女医生进行了为期40年的追踪研究。

1993年，大约有2万名当初接受调查的医生去世了，其中883人死于肺癌。如果把他们的吸烟数量和肺癌发病情况联系起来的话，可以得出一个惊人的结论，每天吸25支烟以上的人得肺癌的几率比不吸烟的人高25倍。

人的处罚，对个人缺乏约束力。此外，虽然明确了禁止在室内公共场所吸烟，但在一些具体问题上仍存在疑问。比如对于“公共场所”的范围没有明确界定，尤其是公众关心的“公共场所是否包含办公室”没有明确说明，而一些非完全封闭的公共场所也成了“老烟枪”振振有辞“可以吸烟”的理由和借口。

须树立正确控烟观念 强化公共场所管理者法律责任

《宁波市爱国卫生条例》明确规定了29类公共场所禁止吸烟，然而，在一些餐厅、游艺厅、歌舞厅、网吧、公共电梯间、酒店等公共场所，吸烟者仍然不在少数。“为什么不让我抽烟，我在这里消费，抽烟难道不是我的权利吗？”在海曙一家酒店，一名消费者和前来劝导的服务员发生争执。

“树立正确的控烟观念是当务之急。”业内人士直言，当前控烟的关键不是改变吸烟者的个人习惯，而是保护不吸烟者不受二手烟的危害。需要在社会上营造浓郁的社会氛围，同时，需要调动全民，尤其是不吸烟者免受二手烟危害的权利意识；强调公民的监督权，监督公共场所的管理者和烟民遵守法律法规；积极行使举报的权利，规定在每个公共场所都张贴举报电话等。

强化公共场所和工作场所的管理者的法律责任，也是控烟的必要手段。专家建议，通过宣传等方式，培养餐馆、娱乐场所等公共场所的经营者执行控制吸烟法律的意识。对于不履行控烟责任的经营者和管理者，相关政府部门要严肃处理。

现实中，政府的监督难以奏效的原因还在于，在公共场所，“一支烟”的时间很短，调取证据比较难，这就更需要将经营者和管理者作为第一责任人。从长远看，政府还应该利用经济手段，抑制烟草消费需求。其他国家的控烟实践表明，提高烟草税，上涨卷烟价格，可有效降低烟草消费量。

目前，我国烟盒包装上的健康警示语“吸烟有害健康”并不足以对吸烟者产生明显的警醒作用。督促吸烟者产生戒烟的打算，还要标注诸如香烟引起肺部、咽喉癌变的丑陋图片等警示标志。

雾霾虽厉害 吸烟仍是肺癌第一元凶

丈夫潘先生64岁，是个老烟枪，20多岁开始吸烟，一天一包左右，吸烟超过40年。前段时间去宁波大学附属医院呼吸内科做CT检查，被确诊为肺癌。

就诊时，潘先生的妻子无意中透露自己最近感觉全身乏力，时常咳嗽，医生考虑潘先生的妻子是长期吸二手烟的高危人群，建议她也做一下CT检查。不幸言中，潘先生妻子也查出了肺癌。

“从病理分型，肺癌可分为鳞癌、腺癌以及其他类型，吸烟、二手烟与鳞癌等小细胞癌有密切关系，这是医学教科书上已经十分明确的。”宁大附属医院呼吸内科医生、戒烟门诊主诊医生陈众博说，他们每年接诊的肺癌患者中，鳞癌占到了75%，询问病史时，93%患者有长期吸烟、被动吸烟史。

陈女士47岁，前阵子，她为自己买了一个体检套餐，套餐里有CT检查。结果出来，胸部CT显示“右肺占位性病变”，也就是肺癌。进一步进行肺穿刺活检后，确诊为右肺上沟癌，中晚期了。

接诊的李惠利医院呼吸科主任医师吴宏成问她有没有什么症状，她想来想去，一个月前前胸有点刺痛，肩背部也有阵痛，但过会就好了，她也没在意。此外，没有咳嗽，没有胸闷气急，也没有恶心呕吐等。要不是体检查出来，她真不会想到会得肺癌。

陈女士喜欢搓麻将，几乎每天去棋牌室。她说，自己从来不吸烟，但棋牌室里其他人会抽，加上房间小，通风不好，只要有个人抽烟，整个房间都是烟味。

“事实上，吸烟还并不只是导致呼吸系统疾病，它会导致全身各个器官各种疾病的发生，如脑血栓、下肢坏死、心血管阻塞等。”吴医生说，现在门诊中不止一次听到这样的“质疑”：我吸烟多年，要有问题早有了，不是有些人吸一辈子烟也没事？“如果仅仅是根据身边的个别现象，就认为吸烟可能无害，绝对是不明智的想法。”

1950年，英国著名生物统计学家希

若有劝阻有人会听 但执行力度依然偏软

“对不起先生，这里禁止吸烟。”竺军洋是李惠利医院防保科副主任技师，也是一位“控烟监督员”，和全院的医务人员、后勤人员、志愿者一样，一旦发现有人在禁烟区域内吸烟，他就上前劝阻。

作为医疗机构，又是公共场所，医院的控烟工作一直备受瞩目。早在2009年，卫生部就印发了《关于2011年起全国医疗卫生系统全面禁烟决定》的通知，目前，甬上各大医院基本采取的是“医疗机构内部禁烟、室外指定吸烟区域”的管理模式。

“现在，我们上前劝阻，10人之中9人会听，立时掐灭烟头。”竺军洋说，不过，因为没有执法权，病人或病人家属对此置若罔闻，他们也没有更好的办法。

控烟措施难以完全执行到位，是甬上各大公共场所普遍面临的困境。“别让我抓到你当众抽烟”，说起来容易做起来难。现实是，执法人员少，监管场所多。在宁波，光公共电梯间，便数以千计，而这，仅仅是控烟所提及的一类场所。

“如果有人劝我，那肯定当场把烟头掐掉了，可人一走，如果烟瘾又上来了，就继续点上。你看这一条街上有多少商店、餐馆，人员流动这么大，难道叫管理人员一直跑来跑去？”在说到控烟话题时，一位吸烟者这样反问。

同时，由于缺少具体的惩罚细则，无法对违反者进行行之有效的处罚。据了解，现行的《条例》仅对违规的责任单位作出了经济处罚的规定，未涉及对违规个

健康提醒

吃火锅时间不宜过长

正值寒冬，热气腾腾的火锅颇受人们的喜爱。有些人边吃火锅边聊天，一吃就达数小时之久。市中医院消化内科许兴国主任中医师提醒，吃火锅的时间应尽量控制在两小时以内。

“吃火锅时间过长，会使胃液、胆汁、胰液等消化液不停地分泌，导致胃肠功能紊乱而引发腹胀、腹泻，严重的还可能引起急性胃肠炎、胰腺炎等。”

此外，因吃火锅过多或不当，从而引起消化道出血、咽喉肿痛、牙龈肿痛、口腔溃疡的患者也不在少数。

对此，许医生提醒，吃火锅时切莫贪图食物鲜嫩，未烫熟就“囫囵吞枣”。有

好的食物，但患有痛风、肾病、结石的人不适合吃。

山药、气虚、阴虚的人适合，偏补。白菜、青菜、菠菜、生菜等绿叶菜，基本上都适合吃。

冬天的火锅食材中，许医生特别推荐了萝卜。“‘冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开药方’，萝卜具有很强的行气功能，还能止咳化痰、出燥生津、清凉解毒，加上冬季进补较多，容易损伤脾胃功能，所以吃火锅时可以多吃萝卜。但如果在服用膏方等补品，尽量少吃。”

“还可以多吃点黑色食物，黑色食品具有补肾作用，冬天应多吃。比如吃火锅搭配吃个黑木耳凉拌菜，火锅调料有的提供芝麻，可以多吃点。”

许医生提醒，吃火锅最好别煮面。羊肉、肥牛等肉类脂肪含量高，涮锅之后会让汤底的脂肪含量增加，海鲜、内脏等食品中含有大量嘌呤，经过长时间煮沸，嘌呤会充分溶解到汤里。而用火锅汤最后煮面，会把锅底的油脂、嘌呤等也吃进肚子。（王佳 刘扬）

帮办传声

冬天里汽车的“怪毛病”多集中在起步阶段

甬上不少“4S”店的工作人员坦陈，冬天确实是车辆发病较集中的季节。

“多数症状集中在车辆起步阶段。”前两天，环城北路一家汽车售后服务公司的负责人刚消除了一位车主的心中疑虑。“加速踩油门，声音很大，听上去像风扇叶被刮。可当水温快到90℃，声音减小最后消失。”

这便是一个典型的、由气温低带来的伪毛病。“水温接近90℃，是发动机的工作温度达到了。此时，声音消失，也就

是车子没有问题”。因此，在起步阶段出现的一些小症状，行驶几分钟后会恢复正常的，多半不是真正的故障问题。

这儿响、那儿响，也是冬天里困扰许多车主的一大问题。有零部件掉落？还是车子快散架了？通通都不对。最有可能的一种情况是：天气变冷导致的热胀冷缩，使得车内的塑料件硬度和间隙变大，与车身摩擦或急速状态下受共振影响产生。多出现在中控台、

方向盘、转向柱、车门、内饰等处。“特别是有一定年份的车，配件本身已老化变硬，比如车门密封条。”对于这样一些异响，就别太纠结了，静等天气转暖就会消失。如果能找到发出异响的准确部位，插入或贴点海绵橡胶类的材料也可减轻或消除声音。

当然，也有一些异响，与低温无关。比如以下三种：车玻璃共振声音大。可能是电动车窗的滑轨长时间使用后磨损造成；也可能是风挡玻璃与内饰板间有空隙，不妨试试在中间垫海绵。底盘异响。轮胎、变速箱、轴承、底盘护甲等都有可能发出声音。假如加装了底盘护甲，螺丝未拧紧的话，易造成共振。

温馨提醒

40岁以上 最好每年做一次低剂量胸部螺旋CT

肺癌是发病率、死亡率最高的恶性肿瘤。早发现、早诊断、早治疗是提高肺癌治愈率、降低死亡率的关键。术后的早期肺癌患者五年生存率可达70%-80%。

吴宏成、陈众博医生建议，40岁以上人群，尤其是吸烟达400年支（编者注：一天支数×持续时间，如每天吸烟20支，连续吸烟20年，20×20=400）者，最好每年做一次低剂量胸部螺旋CT。

“40岁以后，人体免疫系统开始下降，再经过十几二十年吸烟、空气污染等影响，最终发生基因突变。当基因突变而人体无法去修复时，癌症就发生了。”陈医生说。

对那些曾经吸烟但已经戒烟的人，也要每年去检查胸部CT。

如果年龄没到40岁，但咳嗽超过一个月，有的伴有痰中带血，要去做个CT进行肺癌筛查。

“低剂量CT筛查能早发现肺癌。很多单位的体检套餐，都是拍胸部X光，但胸片筛查肺癌的检出率低。胸片虽然可以清晰地记录肺部的大体病变，比如肺部炎症、肿块、结核等，或者胸腔、肺组织、纵隔、心脏等地方的疾病。但胸片有盲区，肺部有四分之一的部位被心脏、纵隔、肋骨等挡住，如果癌症病灶出现在这些被挡住的位置，就查不出来有没有肿瘤。”

吴医生说，用低剂量胸部螺旋CT筛查，可以发现0.5厘米以上大小的肿瘤，周围型肿瘤和中央型肿瘤都能看到。CT筛查可以将肺癌的死亡率相对降低20%，而且它的辐射在安全范围内，不用过于担心有副作用。（王佳）

保险专家特别提醒

家财险怎么保最划算 要看清产品侧重点

临近年关，小偷也日益猖獗，如何通过家财险来预防市民的家庭财产损失？

家财险种类繁多，最基础的家财险承保的是由自然原因引起的损坏，包括暴风雨、火灾、爆炸、雷击、洪水、泥石流、雪灾、崖崩、龙卷风等十几种常见灾害。若想要保被盗的话，需要再投保盗抢险。作为附加险，盗抢险只能在投保了家财险这个主险后才能投保。

对一般家庭来说，选择保额低廉的保障型家财险即可。此类家财险只有在发生保险损失时才能得到保险公司的赔偿，没有任何投资收益。期限一般为1年，保险期满后，需要重新续保。投保时建议参考房屋市值，保额过低无法获得足额赔偿。

虽然家财险中对室内财产有一定额度的保障，但主要承保由于火灾、自然灾害、外界物体坠落或倒塌等原因造成的室内财产损失。一般不包括金银、首饰、珠宝、有价证券以及其他无法鉴定价值的财产。古玩、字画、邮票、艺术品、稀有金属等物品也不属于普通家财险保险合同的承保范围。

家财险不像人寿保险那样买得越多越好，而是严格遵循“按需投保”的原则。作为财产保险的一个分支，家财险遵循补偿性原则，消费者在投保家财险时应事先和保险公司沟通，不要超额投保、重复投保。只需按照自己家庭的实际情况，计算出一个基本符合实际的总额，再根据这个总额投保即可。

（季宇 王佳）