

表情 图片 音乐 视频 话题 朋友 心情 应用

微爆料

微话题

# 孩子,保持正确的坐姿这么难吗



@齐鲁晚报:近日,济南市中区教育局对403名学生进行了“学生规范书写”抽样调查。结果显示,仅有48.6%的学生坐姿基本正确,能够正确握笔的学生不足50%。专家表示,写字姿势不正确会造成近视眼,并影响身体健康。你家孩子的写字姿势正确吗?对此你有什么妙招?

**@我爱沂蒙山水:**孩子刚开始写字时还能保持正确的姿势,但是时间一长,腰也弯了,头也低下了,只能坐在孩子旁边不住地提醒才行。

**@forwardz:**对比一下,我儿子做得不太好,需要纠正。

**@美美佳心糖:**为了纠正女儿的写字姿势,我就差给她绑根支架了,几乎每写一个字都要重复一句:“把头抬起来,把腰直起来!”写着写着就趴下了,愁死我了。

**@断桥残雪:**这不错,让家有

正在上学的网友看看,以便指导孩子的正确书写姿势。

**@雪花:**那天在亲戚家看到孩子趴在桌子上写作业,我赶紧把孩子的腰弄直了,并告诉他应该保持正确的坐姿。孩子好奇地问我,看我有没有要离开的意思,他竟然向父母求救:“阿姨在这,我都不会写作业了。”孩子,保持正确的坐姿这么难吗?

**@水煮沉浮:**随着科技时代的来临,孩子使用科技产品越来越多,使很多小朋友都没有养成

好的坐姿,导致近视率提高。养成好习惯,需要家长老师的提醒。应该常给眼睛一定的休息,多向窗外眺望。

**@李名梁:**长期写字读书姿势不正确会导致眼睛近视,脊椎弯曲,第一应亲身示范,第二给孩子演示讲解播放相关视频,第三让孩子多运动。

**@一剑搏击2011:**造成近视眼的主要原因还有用眼过度,怎么这么多孩子戴眼镜啊?

**@海韵天使NO1:**正确的写

字姿势很重要,只是很多人意识不到,可当长大了,遇到问题了,才会意识到问题的严重性,可那时为时已晚,有人说:可以借助高科技,但是为什么不把问题拍死在萌芽处呢?

**@靓丽风景在行:**孩子一定要掌握正确的写字方法和握笔姿势,哪怕开始写得慢点。家长一定要监督孩子回家写字的姿势,时间长了让孩子休息一会,或者看看远方,或做做眼保健操,如果戴上眼镜将是一生的痛苦。

## “特权车”挡路,交警说要查处

@薇薇-J:一辆特权车猛插到前边抢了左转弯竟然不左转,后边堵了好几辆车不能动,后边狂按喇叭亦无动于衷。等直行灯亮了后直行了。执法犯法,该当何罪?

**@济南交警:**您好,经查询,该车属于公路部门,不属于公安警用车辆。另交通违法行为如被查实,将依法严处。

**小齐有话说:**路越来越宽,但也越来越堵,尤其是早晚高峰期,这种道路违法行为为加剧了堵车。为发展公共交通,济南很多路上都有公交车道,但小齐发现有车主占用公交车道,无形之中加剧了堵车,文明交通还是需要大家自觉遵守。



微相册

## 买一串糖葫芦 献一分爱心

@清无鱼博主:卖糖葫芦的老大爷,寒冷的冬天里,来一串吧,你能吃出快乐,也能给老大爷一点帮助,这红红的糖葫芦就是连接你我爱心的纽带。

请微博作者与本报官方微博私信联系,以奉稿酬。本版内容整理 本报记者 王倩



## 孩子的午餐,好可怜

@省老大:对正在长身体的孩子来说,早晚饭都在自己家里,爸爸妈妈使出浑身解数调剂花样,增加饭菜营养。但是,午饭就大伤脑筋了。老爸老妈上班,孩子的午饭就自己拿主意了。近日,在经三路看到几个小学生坐在冰凉的水泥地上,吃着火腿肠、小食品,算是解决饿肚子问题,难说营养和卫生。

## 路边看手相,不应该

@蔬菜宝宝1999:在经二路走着,过来一个人,问:看手相吗?基本上逢人就问,不管你躲不躲,还有摆摊算卦的,现在都什么社会了,谁还信这个呀?但这些人很有信心,执着的态度令人“敬佩”,可人来人往的也有很多外地朋友,我们还是顾及城市的美好形象。

**小齐有话说:**听不少朋友说起遇到过这种情况,有的人看手相,不管三七二十一就拉过路人的手开始说,说完之后还让人看着给钱,但如果给钱少了,看手相的人就开始挖苦了,这确实不妥。



## 热烈祝贺国家星火计划项目——“糖尿病专用粮”推广活动走进我市

# 高血糖患者吃饱吃好 餐餐稳血糖



**热点解读** 近日,《我国成功研制出糖尿病专用缓释食品》、“智能缓释”缓释食品替代降糖药成为可能”等新闻被报道后,引发了医学界和广大糖尿病患者们的强烈关注,目前该糖尿病缓释特膳已获得国家多项发明专利,国家科技部已将其列为“国家重大专项”推广项目,产品进入了快速生产投放市场阶段。糖尿病患者一日三餐吃这种特膳缓释食品,饮食无禁忌,餐餐血糖稳,可全面替代降糖药,同时有望申请联合国专利,造福世界10亿多糖尿病患者。

媒体报道

## 糖尿病被“缓释特膳”征服 糖尿病人将彻底告别高血糖时代

据世界糖尿病联盟和我区卫生部门统计:目前我区糖尿病发病率位居世界第一!现已有96%的人死于并发症的心脑血管疾病、肾病……血糖长期不达标,导致各种致残致死的并发症频发。

9月26日,我国利用独特的缓释技术将有机培育的天然米、豆等通过立体酶解技术制成的缓释食品,真正实现了餐餐稳血糖。据悉,这种“缓释特膳”缓释人体细胞代谢周期,全面补充营养,患者食用当天至七天血糖即可

平稳,降糖药物减量或停药,视物模糊、手脚麻木、瘙痒等并发症逐渐消除,胰岛及肾脏细胞得到快速修复更新,120天健康的胰岛细胞形成,患者从此不用再为吃什么、吃多少烦恼,不用再为吃药、打多少胰岛素而忧心,最终过上舒服健康的日子!

专家预计,未来五年,糖尿病专用粮食与专用蜂胶有望改变我国9240万糖尿病患者,停用降糖药,大大降低我国糖尿病发病率。

济南糖尿病患者马上拨打88811160,免费领取糖尿病缓释特膳、专用蜂胶各一袋,并免费糖化血红蛋白检测一次。

## 中华糖协等五部门 向糖尿病患者力荐

国家相关部门主任表示,缓释食品降低了胰岛负担与代谢负担,没有剂量限制,患者不用忌口、吃啥吃好,餐餐稳糖,全面提升健康和生活质量。

缓释特膳米、豆、薯等现已获国家四项专利,2008年11月14日,国家科学技术部将缓释特膳、专用蜂胶等入选“国家星火计划”项目。

中国保健协会食物营养与安全专业委员会会长孙树侠认为,缓释食品与专用蜂胶没有药物的副作用,绿色安全有效,有效保护肾功能,降低治疗负担,适合高血糖患者长期服用。

北京协和医院2008年临床数据提示,缓释食品与现有的几乎所有类型的降糖药进行比较,均可长期有效地将糖化血红蛋白(HbA1c)控制在理想范围,保护胰岛,减缓降糖药剂量100%。

中华糖尿病协会、中华糖尿病协会会员、五马平创始人周红红教授介绍,缓释食品可显著降低餐后血糖峰值,专用蜂胶可修复胰岛,平衡空腹血糖,有助于清除血液垃圾,纠正代谢,利于胰岛保护和修复,全面提升治疗效果。

## 血糖达标 临床治愈 糖尿病专用粮免费发放公告

为响应2012年国际糖尿病联盟(IDF)号召,由济南公众营养与发展中心、中国保健协会食物营养与安全专业委员会、中华糖尿病协会、国家糖尿病管理中心联合,捐赠资金1亿元,在全国开展“血糖达标 临床治愈,糖尿病专用粮免费发放”大型公益活动,该活动已使全国300万糖尿病患者获益,惠及新生!

近期,将大型公益活动走进济南,届时,全国知名糖尿病专家将亲临现场,免费诊疗,济南糖尿病患者,拨打电话88811160报名,可获得以下五项权益:

- 1.免费领取国家专利产品,糖尿病专用缓释特膳米和专用蜂胶各一袋。
  - 2.现场检测血糖并检测胰岛功能,专家一对一会诊,制订个性化治疗方案。
  - 3.提供免费血糖监测和指导,药物调整指导,糖尿病患者血糖监测,走出治疗误区。
  - 4.免费领取价值80元的权威医疗检测机构糖化血红蛋白检测一次。
  - 5.糖尿病防治保健医学博士周红红(三五防糖)讲一本。
- 活动赠品数量有限,食后当天血糖下降,30天血糖平稳达标,戒除降糖药,60天血糖达标,90天全面停药并受益,120天达到临床治愈。
- 专家提醒:糖尿病要根治,糖尿病专用粮和糖尿病专用蜂胶配合使用,是治疗糖尿病的最佳治疗方案,能从根本上修复胰岛,平衡血糖,消除并发症,戒除降糖药,根治糖尿病。
- 活动对象:户籍所在地是济南的所有糖尿病患者。
- 特别提示:免费发放每日仅限前100名,凡申请患者务必提前电话报名,否则现场不予接待。
- 报名电话:88811160

中华糖尿病协会食物营养与安全专业委员会 中国保健协会食物营养与安全专业委员会 济南市原德林糖尿病防治中心 2012年11月