

暑期就诊高峰背后： 运动不足 成多种儿童疾病“共因”

暑假来临,重庆医科大学附属儿童医院一些科室迎来就诊高峰。近视度数飙升、脊柱弯成“S”形、肥胖引发性早熟、抑郁焦虑情绪蔓延……记者深入眼科、骨科、内分泌科和精神心理科调研发现,这些看似各不相干的疾病背后,竟藏着同一个“元凶”——运动不足。



新华社发

暑假门诊量暴增：一个坏习惯引发系列问题

相关专家表示,近视、脊柱侧弯、肥胖和生长问题、心理问题都不是一朝一夕形成的,但多数孩子只有暑假才有时间进行筛查和治疗,因此暑假期间相关科室呈现儿童患者激增的现象。记者在采访中发现,专家们都不约而同地指出,大部分小患者有缺少运动的共性。

“每天看近80个号,有20多个是看脊柱的。”骨科主任医师刘星痛心心地展示了一张X光片:一名14岁女孩脊柱侧弯达60度,已错过保守治疗时机,正准备做手术。刘星表示,脊柱侧弯患儿多伴随坐姿歪斜、长期蜷缩玩手机、不爱动等不良习惯,在发展成脊柱侧弯之前的体态问题阶段,可以通过加强运动来有效预防。

连续几年数据显示,我国儿童青少年近视率超50%。眼科主任医师刘勃介绍:“以前学龄前近视罕见,如今不少幼儿园孩子已经开始戴眼镜。”近视呈现低龄化趋势的同时,高度近视的发病率也在明显上升。刘勃说,结合当前儿童青少年生活学习方式来判断,缺乏户外活动、眼睛缺少阳光刺激产生的神经递质是导致近视的主因。

而在另一个“火爆”的门诊内分泌科,因

生长发育问题而呈现的疾病更多样化——肥胖、性早熟、生长迟缓、儿童2型糖尿病……内分泌科副主任医师朱高慧说,除了由遗传或其他疾病引起的情况外,这些疾病通常是“吃多动少”引发的系列反应——肥胖导致性早熟;缺少运动影响生长激素分泌,从而导致身高增长缓慢;肥胖儿童常合并多种代谢异常问题,大幅增加了2型糖尿病风险。但现实挑战在于,肥胖儿童运动时心肺和关节负担较重,常常因此陷入“越胖越不愿动、不敢动”的恶性循环。

据精神心理科副主任医师魏华介绍,暑期接诊的大多数患儿是因为学习问题而来,这些孩子通常伴随运动不足的情况。“运动不足跟注意缺陷多动障碍、特定学习障碍、抑郁焦虑障碍等疾病有直接或间接关系。”魏华说,注意缺陷多动障碍及特定学习障碍属于神经发育障碍性疾病,可能会合并运动功能障碍;而抑郁焦虑等情绪问题跟运动不足有间接关系,情绪问题的重要表现之一是精力不济、回避社交。以上两种类型患儿因运动功能障碍或神经递质失调,往往更加不愿参与运动。

是谁“偷”走了孩子的运动时间？

爱玩好动是孩子的天性,相关科室专家指出,当前不少孩子因为运动不足而出现健康危机,主要与学业压力大、电子产品使用频繁以及缺乏良好的运动环境等因素有关。

每天从早学到晚、体育活动多以应对升学考试为目的……刘星接诊的病例中,一名初中生因长期伏案学习,累了就趴在书桌上睡觉,最终发展成脊柱侧弯。

本就不多的休闲娱乐时间,还要被电子产品“绑架”,“躺着刷视频几小时不挪窝”成为通病。朱高慧说,电子产品不仅直接侵占运动时间,而且还会让孩子越玩越“懒”,游戏、短视频的即时快感让孩子对需要耐力的

运动失去兴趣。

当孩子们打算走出门运动时,运动环境也可能“掉链子”。南方夏季酷暑、冬季阴雨,北方冬季寒冷漫长,适合进行户外运动的时间相对有限,而部分学校体育设施开放不足、社区儿童运动场地缺失,也让孩子们很难找到便利、安全和舒适的运动空间。

在外部条件有限的同时,部分孩子还面临心理障碍。魏华强调,部分有焦虑障碍的孩子因害怕陌生环境,往往会回避集体运动,从而错过在与同伴互动中逐步缓解情绪、走出心理困境的机会。

用“运动处方”书写健康未来

专家指出,只要抓住关键干预点,与运动不足相关的儿童健康危机可以逆转。重庆医科大学附属儿童医院的四大科室联合开出了一份“运动处方”。

首先是提倡户外运动,让阳光融入身体与心理健康建设,每天运动1至2小时为宜。

运动类型应尽量多样,根据不同疾病选择具有针对性的运动项目,有助于提高干预效果。如脊柱侧弯适合拉伸类的运动;近视适合羽毛球、乒乓球等需要不断调节视距的球类运动;肥胖患儿适合水上运动以减轻关节压力;患有学习障碍的孩子适合做手眼协调性相关的运动,有情绪问题的孩子适合从舒缓运动入手。

记者了解到,骨科、内分泌科、心理科

等相关科室都联合康复师、运动治疗师针对性解决以上问题,有需求的孩子可在专业指导下进行定制化运动训练,避免运动损伤。

专家还特别提醒家长,应避免以功利心态强迫孩子参加体育培训、学习运动技能或追求竞技成绩,要灵活安排时间、贴近生活、注重兴趣,让孩子在运动中感受到快乐,并养成终生受益的运动爱好和习惯,

教育部近日印发通知,明确要求严控暑期作业总量,坚决遏制节假日上课补课、提前开学、延迟放假等问题。期待在这份“减负令”的护航下,更多的孩子在这个暑假走向户外,用汗水和欢笑书写健康未来。

(新华社重庆7月20日电 记者 谷川)

电动自行车新国标9月实施 已购电动自行车不会强制淘汰

工业和信息化部等五部门组织修订的强制性国家标准《电动自行车安全技术规范》将于9月1日实施。近日,有电动自行车品牌在多个电商平台下架所有电动自行车,还有电动自行车品牌下架多款热门电动自行车。

在接受记者采访时,经销商称,电动自行车品类相关产品线上下架是因为9月1日起实施新国标政策。

新修订的电动自行车强制性国家标准《电动自行车安全技术规范》(GB 17761-2024)将于2025年9月1日实施,旧版标准将被替代。新国标明确规定电动自行车最高设计车速不得超过25km/h,并要求超过25km/h时电动机自动停止动力输出,可有效遏制超速行驶带来的安全隐患。据了解,新国标落地设置了3个月的销售过渡期,允许销售至2025年11月30日。

据经销商介绍,新国标车还没生产,旧车8月15日之后就不再生产了。

目前,电动自行车产品普遍使用大量塑料作为功能件和装饰材料,以满足消费者对电动自行车外观的个性化需求。但由于塑料本身具有可燃性,这些材料在发生火灾时会加速火势蔓延并释放大量有毒气体。因此,新国标中增加了“电动自行车使用的塑

料的总质量不应超过整车质量的5.5%”的要求。

专家呼吁,企业在进行新产品研发设计时,应尽可能减少塑料材料的使用,并按照新国标规定的试验方法计算塑料质量占比。鼓励使用其他不可燃材料代替塑料,从而降低火灾事故的危害程度。

记者看到,目前各家店铺里都还有不少大面积塑料包裹的电动自行车在售。记者采访经销商:“你们这些车卖不完怎么办?”经销商答,厂家直接召回,拉回去,退货。

记者观察到,不少进店选购的消费者会主动询问店家是否参与以旧换新。

商务部发布的数据显示,今年1月至6月,全国以旧换新方式销售电动自行车月均环比增长113.5%。

专家表示,消费者已经购买的不符合新标准的车辆不会被强制淘汰。中国电子技术标准化研究院安全技术研究中心副主任何鹏林说:“新的标准主要针对的是企业的生产、销售、经营行为,对于普通消费者已经购买的电动自行车,不受新标准的约束。不会被强制淘汰,而是根据我们消费者自己的意愿来进行正常更换。”

据《北京晚报》

乘高铁不能食用方便面？ 12306回应：尽量选择味道较小的食物

近日,有网友发帖称,高铁车厢对方便面的食用有相关提醒。“旅客在乘车期间,请不要食用榴莲、方便面等有浓重气味的食品。”该话题引发热议。

部分网友觉得小题大做,但也有网友表示理解,认为方便面的味道确实比较浓重。湖北《经视直播》记者查询12306官网发现,旅客出行指南注意事项中指出:由于旅客列车车厢属于封闭空间,为确保旅途环境良

好和空气清新,乘车期间请勿食用榴莲、方便面等气味浓重的食品。

7月19日,《经视直播》记者拨打全国铁路客户服务热线进一步求证,工作人员表示,不含加热包的普通方便面可正常携带上车,但建议乘客在列车上尽量选择味道较小的食物,以免影响其他乘客。“味道比较大的话可能会影响到其他旅客,最好还是食用那种味道比较小一点的。榴莲明确是不能在公众场合食用的。”

那么,列车上能够售卖方便面吗?该工作人员表示,高铁通常不售卖方便面,具体以列车现场实际供应为准。若遇到其他乘客食用浓重气味食物并造成影响,旅客可直接向列车工作人员反映,让工作人员进行沟通协调。

据光明网

债 权 申 报 公 告

安康新茂生物科技有限公司（以下简称“本公司”）统一社会信用代码：91610921MA70P5B93H，因拟转让IP6在建项目及在建工程，现依法向与本公司就与IP6在建项目及在建工程存在债权债务关系的各方债权人公告如下：自本公告发布之日起至2025年7月28日止，相关债权人需依法向本公司申报债权。相关债权人未在规定时间内行使上述权利的，IP6在建项目及在建工程将按照法定程序转让，不再另行通知未申报债权人，特此公告。

债权申报联系人：曹女士，联系电话：18700100847

债权申报地址：陕西省安康市汉阴县月河工业园区。

安康新茂生物科技有限公司 2025年7月11日

金堆城铝业股份有限公司钼基材料锻造生产线建设项目环境影响评价报告书征求意见稿公示

根据《中华人民共和国环境影响评价法》和《环境影响评价公众参与办法》（部令4号）等相关要求，《金堆城铝业股份有限公司钼基材料锻造生产线建设项目环境影响评价报告书》已委托陕西中圣生态环境咨询服务有限公司编制，目前征求意见稿已完成，现将有关环境影响评价信息进行公开，欢迎社会各界人士提出宝贵意见。内容如下：一、环境影响评价征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径：公众可通过登录网络链接（https://kdocs.cn/1/chtbfMQ5IEAP）查阅本项目环境影响评价报告书征求意见稿，如需查阅纸质版报告书，可通过下列方式联系建设单位或环境影响评价编制单位。建设单位联系方式：建设单位：金堆城铝业股份有限公司。联系地址：西安市高新区锦业一路88号；联系人：王伟；联系电话：029-88411102-1209；邮箱：88543428@qq.com。环境影响评价报告书编制单位联系方式：名称：陕西中圣生态环境咨询服务有限公司；联系地址：西安市雁塔区丈八一路旺都D座；联系人：程工；联系电话：029-68661270；邮箱：348308783@qq.com。二、征求意见稿的公众范围：本次信息公示重点征求环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织对本项目建设有关环境保护方面的意见或建议，鼓励环境影响评价范围之外的公民、法人和其他组织对项目环境影响评价提出意见。三、公众意见表的网络链接：公众可登录网络链接（https://kdocs.cn/1/ccEefXxJyC56）填写环境影响评价公众参与意见表，请填写与本项目环境影响评价相关的意见（注：根据《环境影响评价公众参与办法》规定，涉及征地拆迁、房产、就业等与项目环评无关的意见或者诉求不属于项目环评参与内容）。四、公众提出意见的方式和途径：公众可以通过信函、电话、电子邮件或者其他便利的方式，向建设单位或环境影响评价报告书编制单位进行反馈。您在提交意见时，请注明提交日期、真实姓名和有效的联系方式，以便对您关心的问题和问题作出解释和说明，个人信息未经允许不对外公开。五、公众提出意见的起止时间：自本公告发布之日起10个工作日。

年产15吨OLED柔性显示材料及200吨中间体材料生产基地建设项目环境影响评价第二次信息公示

一、环境影响评价征求意见稿获取途径：链接:https://pan.baidu.com/s/13JTZX25Wvi3lp8MG43YQpDg提取码:v4iu；查阅纸质资料途径：陕西凯翔鸿泰新材料有限公司。二、征求意见稿的公众范围：重点征求环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织的意见。三、公众意见表的网络链接：http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.html。四、公众提出意见的方式和途径：公众可通过信函、电子邮件或建设单位提供的其他方式，将填写的公众意见表提交建设单位，反映与有关的意见和建议。五、公众提出意见的起止时间：即日起10个工作日内。六、建设单位联系方式：建设单位：陕西凯翔鸿泰新材料有限公司；联系人：吴钊13379158968。七、环评单位联系方式：环评单位：信电综合勘察设计院有限公司；联系人：田工18700402943。

榆林高新区榆横生活垃圾填埋场生态治理及飞灰填埋场建设项目环境影响评价报告书（征求意见稿）公示

根据《环境影响评价公众参与办法》规定向公众公开下列信息并征求意见：一、环境影响评价报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径：①链接:https://pan.baidu.com/s/1l604D8rQjz118SaeYcm09w?pwd=2aiv提取码:2aiv；②通过电话或其他方式联系建设单位或环评单位借阅纸质版报告，电话：房其买13379577833。二、征求范围：项目征求公众意见的范围为本项目周边居民、企事业单位以及对本项目关心的公众。三、公众意见表的网络链接：https://pan.baidu.com/s/1h3c-UEt-MzltH8MuVyeJNA?pwd=ehhe提取码:ehhe。四、公众提出意见的方式和途径：通过网络链接下载公众意见表，填写意见发送至邮箱1440232576@qq.com。公众提交意见时，应当提供有效联系方式。五、公众提出意见的起止时间：自公示之日起10个工作日。

榆林高新城市运营集团有限公司

遗失·声明·公告专栏 029-88665588

省级媒体 权威发布 天天刊登 欢迎刊登各类声明公告

报