# 院长儿童健康讲座演讲稿范文

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-09-02

*：201\*年8月2日　：翔鹭酒店　：高树彬高院长从四方面来讲该怎么来小儿保健？高院长：我今天讲的是小儿保健，我一直也跟电视台某个区域谈，电视台工作人员经常问能不能分析这个病怎么治，我经常拒绝，为什么？我发现家长对小儿生病有很大的恐慌，我在门...*

：201\*年8月2日

　：翔鹭酒店

　：高树彬

高院长从四方面来讲该怎么来小儿保健？

高院长：我今天讲的是小儿保健，我一直也跟电视台某个区域谈，电视台工作人员经常问能不能分析这个病怎么治，我经常拒绝，为什么？我发现家长对小儿生病有很大的恐慌，我在门诊的时候，家长也是带来很大的恐慌来看病，今天讨论的问题是我所做的课题，专门研究小儿保健问题，而不是花很长时间来研究孩子的生病。第一个问题，重大疾病已控制。现在很多家长很容易往坏处想，即使我们在媒体上得很严重的病，也只不过是个案。我们不需要对疾病恐慌，因为重大疾病已经控制。比如很多家长觉得发烧，会不会脑子烧坏，过去跟脑膜炎相关，现在不一样，现在打预防针是政府为了控制重大疾病。第二，政府高度重视传染性疾病的发生与救治。现在我们讲禽流感的故事，不要觉得冷冻食品不好，要活的鸡鸭才可以。其实不是这样，现在传染病已经得到控制。第三，目前孩子大量的是危险度不高的常见病。孩子是爸妈的希望，是爸妈的全部，孩子一有发烧就觉得是大病，现在到处都是手足口病，过去有没手足口病，有手足口病，过去叫三类传染病，不需要惊动大家，如果突然间高烧，突然手痒，突然皮肤过敏，这算正常的病，不要太恐慌。第四，大病少见，小病纠缠，其实我们的家长都抱着天下无贼的概念。有些家长打个喷嚏就觉得什么大事，我们有些时候想的东西太多了，小时候该得的病要得。只要不是大病，不要想那么多。

高院长：家长角色有点乱，家长经常自学成医，久病成医，我觉得专业事交给专业人去解决，那家长是干嘛？家长的任务：管吃饭、穿衣、睡觉、情绪、运动、出汗、二便情况、生病的前兆、病后的总结等。小孩子经常有情绪，非常单纯，情绪不舒服和身体不舒服，比如他大喊大叫，你就给他。接下来讲流汗，大家会觉得流汗是大事，流汗是事不是大事。关于二便情况，经常有家长问这孩子大便多吗？干吗？家长要经常观察的这些问题。关于小孩的生病有前兆？比如，嘴巴臭，兴奋不想睡觉，大便干等等前兆。最后我要说下病后总结没有做好，会不会重蹈覆辙。

我给大家的建议是勤观察、勤动手、不添乱、做加减、做总结。观察不一定要得出结论，因为你不是医生。家长只要观察病情的信号，现象，反馈给医生，让医生做结论，毕竟专业人士比较科学准确。“勤动手”就是说有些孩子经常要给他按摩，搓一搓，揉一揉等，敲胆经。“不添加，不加减”我们在经常孩子生病的时候，医生给你开药是按照指南，小孩子生病的时候又是鸡汤，肉汤，牛奶什么的，小孩子生病时，肠胃受得了吗？所以应该建立合适自家孩子的饮食结构、运动方法、睡眠时间。饮食结构是针对自家的孩子，不要总是听别人。每个孩子都是不一样，经常有家长说这孩子不吃饭，喝牛奶，牛奶不是饭吗？接下来讲运动方法。现在运动方法五花八花，什么游泳，跑步等，运动量要多大？看看人家日本的孩子运动量有多大。最后讲睡眠时间，每个孩子的睡眠时间，睡眠的习惯不一样，我认为，睡觉环境应该要安静，舒适。

高院长：目前在育儿的几个问题，第一问题是家长负面情绪太多，没有太多正能量。过去我们说，读书比谁好，现在的家长攀比别人吃的饭比我们多，喝的奶比我们多。我认为影响孩子身高体重的原因是遗传，过去身体还没长好，是因为没有东西吃，现在不可能饮食太少，还有是运动，运动量不够，再者，“穷人”的观念，我们总觉得我们在缺元素，而不是想我们需要什么，现在卖保健品的太多了。身体有没有缺钙呢？身体需不需要钙是由运动量来决定。我们给孩子塞太多的东西，小孩消耗能力比较差，塞太多东西他受的了吗？跟着流行走：什么流行跟什么、用什么燕窝、冬虫夏草、金线莲、五谷杂粮、喝水等等。这些东西没那么神，金线莲热起来是在台湾，清肝火的药，就觉得他是神药，五谷杂粮，现在都酿酒去了，玉米为什么没作为主食，牙齿不好咀嚼，大便干就不要吃豆子，我们注意一下，千万不要被迷糊的概念误导，比如早上一定要喝水，我们每天食物都有水，早上喝了水，当然就吃不下东西，还有个概念体内不需要水，要排掉的，我们现在把很多的概念混淆了。爱学习当医生：拿自己的孩子当小白鼠。没有这个必要。搞不清的营养学：医生我们孩子身高不够，体重不够，就营养不良，家长就会喝牛奶，肉汤，我建议给他吃饭，也不要肉，牛奶了。我们被营养学混淆了，其实不是，每个人情况不一样。

貔貅想法：：只进不出、只想增加、不想减少、不考虑平衡。孩子在发育的过程是需要平衡的，没有考虑孩子各方面的平衡，包括运动量够不够，看孩子不要都觉得有问题，这会带来家长很多的纠结。比医生更早得出结论，让医生来证明你是对的。医生这是细菌感染还是病毒感染，当大家在埋怨过度医疗的时候，有没有想这是我们造成的。这些结论不是家长得出了，而是应该由专业人士下结论。

高院长：家长关注点应该观察生病前状态，肚子涨起来，嘴巴皱起来，说明积食。现在家长都是标准化状态。生病状态交给医生，跟医生沟通精神情绪状态，病前观察孩子情绪，睡眠好吗？晚上小孩睡眠不好的情况，一般就两种情况，要不积食，要不鼻子堵。家长要注意，小孩子冷会躲，要妈妈抱等这些动作是生病的前兆。病后调理与总结：避免病后复作、重蹈覆辙。现在很多家长觉得生病就很虚，然后开始各种补。小儿生病是不可避免。家长恨不得能替小孩生病，生病也是孩子成长的烦恼。不单看指标，看趋势。有的家长看指标就看股票一样，其实这只是当下的指标，不能代表几天的指标，我们应该看趋势。这孩子烧退了吗，精神好了吗，能吃饭吗？我们要看整体，要看往哪个方向走。

家长重点放在如何减少疾病的发生，降低疾病的反应程度。打预防针斋戒两三天，身体保持清净。要过年过节，先把胃肠清理下，有效减少疾病的发生。关注病前的状态，关注孩子的反应态度。再者，人体有个自我修复的系统。不要去担心那么多。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找