

家有考生 你准备好了吗

## 平常心心理才能考出好成绩



■记者王艳

还有一个星期就要高考了,王女士特意请了假,回到家里专门照顾儿子。看着儿子每天积极备考,王女士比儿子还紧张,话都不敢多说,睡眠质量也越来越差。6月考试季,面对接踵而来的高考、中考和各种其他考试,家长和孩子究竟应以什么样的心态面对?

浙江省立同德医院临床心理科余鸽医师介绍,在很多家庭里,孩子中考或高考是家中的大事。当考生为了考试出现各种的考试焦虑症状时,家长同时也存在着过度焦虑的现象,有些甚至是在考生面对考试时相对轻松,家长却陷入了深深的焦虑之中。

有些家庭临到考试,家里电视也关了,家长走路也蹑手蹑脚;有的家庭,担心孩子复习劳累,各种补品一拥而上;还有的家庭,父母一方或双方请假,一心扑在孩子考试上。有的家长甚至给孩子设立了很多清规戒律,不许孩子做与考试无关的任何事情等等。还有的家长为了让孩子得到更好的休息,常鼓励孩子早睡。一些孩子习惯深夜11点睡觉的,非要他晚上9点就睡觉。

殊不知,家长对考试表现出来的焦虑情绪,会直接影响和感染孩子。这样的小心翼翼和过分保护会使孩子心理倍感紧张,让其产生心理压力,失去平常心态,影响复习质量和考试正常发挥。

健康常识

## 植入心脏起搏器无年龄限制

■记者王艳 通讯员王婷 郭俊

今年已89岁高龄的左奶奶,曾经三度在浙江医院装过心脏起搏器。最近,心脏又闹了点“小情绪”,浙江医院成功地为她第四次植入心脏起搏器。

该院心血管内科主任任唐旭江介绍,26年前,左奶奶反复出现胸闷,心率只有37次/分左右,甚至出现心跳暂停,被查出房室传导阻滞。该院现任院长、心血管内科主任医师严静当时为她施行了起搏器植入术,手术十分成功。从此,她遵循医嘱,定期复查,保持健康规律的饮食作息习惯,除了打太极、散步等运动外,还婉拒家属安排的保姆,坚持包办了拖地板、洗衣服等基本家务。

在1998年,2008年,左奶奶又分别来浙江医院换了两次心脏起搏器,加上这一次,左奶奶4次成功换“心”。

现今,心脏病已成为我们身边较为普遍的病症之一。特别是随着老龄化社会到来,越来越多的老年人易发生心脏传导系统老化、缓慢性心律失常及恶性心律失常。但不少患者“谈搏色变”,认为起搏器体内植入,会影响生

活质量。

唐旭江介绍,心脏起搏器就是一个发电机再加上电线。起搏器通常埋植在上胸部的皮下,它的导线通过静脉到达心脏,导线顶端的电极固定在心脏的内侧面肌上。大多数情况下起搏器是为那些心率过慢而引起不适的人准备的。当心脏停跳3秒以上或心率经常低于40次,尤其是出现眼前发黑、突然晕倒的患者,应该植入起搏器。通过起搏器刺激心肌使心脏搏动,维持心脏正常跳动。

另外,起搏器还可用于其他心脏疾病的治疗。如宽QRS波的充血性心力衰竭,可以在心脏多个部位植入起搏电极,同步产生多个电刺激命令,帮助心肌收缩。

一些疾病可引发心跳骤停或致命性恶性室性心律失常(如快速室性心动过速、心室颤动),可以安装具有除颤器功能的起搏器,能恢复心脏有规律的心跳。

唐旭江建议,老年人一旦出现猝倒、乏力及胸闷气短,应及时到医院进行心电图监测。必要时,植入心脏起搏器。该手术无年龄限制。浙江医院目前全年做150台心脏起搏器安装术,其中大于80岁的手术有大约60台。

# 小儿尿床“画地图”是病,得治!

据统计,5岁儿童遗尿症患病率达16%,如“等闲视之”将严重影响身心健康



**毛建华:**浙江大学医学院附属儿童医院肾脏泌尿中心主任,教授,主任医师,博士生导师。中国医师协会儿科分会肾脏病专家委员会副主委、中华医学会儿科分会肾脏病学组委员、浙江省医学会儿科分会肾脏学组组长。浙江省卫生高层次创新人才及浙江省“新世纪151人才”第二层次培养对象。曾在德国基尔大学肾内科工作,后又在瑞典皇家医学院从事博士后研究。近年来共主持国家自然科学基金五项,主持科技部、卫生部、教育部等多个项目。

长期从事儿童常见及罕见肾脏病的诊治,包括常见肾脏病:肾病综合征、紫癜性肾炎、狼疮性肾炎,以及遗传性肾小球疾病、肾小管疾病的诊断及治疗。

■记者王艳

上周,在浙江大学医学院附属儿童医院湖滨院区遗尿专科义诊活动中,一名9岁的小男孩羞羞答答地躲在父母的身后,低着头不说话。男孩父母说,孩子现在还在尿床,因为自卑甚至不敢大声说话,学习成绩不好。医生经过问诊和相关检查,告诉家长,男孩患的是遗尿症。

### 5岁以上每周尿床超过2次多是遗尿症

该院肾脏泌尿中心主任毛建华教授介绍,小儿遗尿症,俗称“尿床”,在临床上指5周岁及以上的儿童夜间不能从睡眠中醒来而发生无意识的排尿。如果一段时间内,每周尿床2次就可以诊断为遗尿症。

儿童遗尿的病因比较复杂,可能跟遗传、生长发育延迟、炎症、心理等各种因素相关。其中,缺乏“抗利尿激素”、孩子的膀胱容量不够大、充盈的膀胱没有向大脑发送信息等都是夜遗尿的重要原因。大部分患儿是夜间尿床,也有部分患儿白天午睡时尿床。

据统计,在5岁儿童中,遗尿

的发生率达到16%,男孩患病率高于女孩。

### 遗尿是病,知晓率低,五成家长不知道该及时治疗

毛建华说,正常儿童学会控制大小便的能力的年龄差异很大。一般1~2岁的儿童还不会自己控制大小便,2~3岁的儿童大多可以控制大小便。但对夜尿控制还较差,多数到4~5岁时才可以控制夜尿,5岁以后就应该完全能控制夜尿。

如果5岁以后还尿床,就应该及时就诊。但生活中,遗尿症这个疾病经常被低估和忽视,很多父母误认为“尿床不是病”,知晓率仅62%。国际尿控协会、中国医师协会儿科分会肾脏专委会曾发起了中国大众对儿童遗尿疾病认知度的在线调研,约有一半的家长认为,夜遗尿是一种随着年龄增长会自愈的生理现象,因而不去寻求治疗;近40%的家长会认为“尿床”是孩子的故意行为,甚至因此责备过孩子,有些家长会为此产生焦虑情绪。孩子遭到恐吓、打骂,反而会更紧张,尿床的情况也往往更严重。

毛建华介绍,确实有些孩子的遗尿问题会随着年龄增长好

转,但也有2%左右的患儿遗尿症状会一直持续到成年。遗尿症不及时治疗,会严重损害患儿自尊心与自信心,容易引起注意力不集中、焦躁、多动、孤僻等心理问题,影响儿童身心健康。

### 遗尿症对症治疗效果很好

儿童遗尿症其实是一种常见病,通过详细询问病史、体格检查和记录排尿日记可确诊,及时对症治疗效果好。

毛建华说,正常人夜晚的尿量明显比白天少,这是抗利尿激素在起作用,让人可以一晚上不用爬起来小便,但如果抗利尿激素分泌不够,晚上的尿量就会过多,膀胱容纳不下,便尿床了。因此,如果患儿是抗利尿激素分泌减少,只要在专业医生的指导下补充抗利尿激素,一段时间后就可以有效治愈遗尿症。

如果患儿是膀胱容量小,膀胱肌肉敏感造成的小便频繁和遗尿症,可在药物治疗的同时,进行膀胱扩张训练。具体方法:让患儿尽量多饮水,当患儿欲排尿时,鼓励患儿逐步延长两次排尿的间隔时间,直至不能耐受为止。刚开始可每半小时排一次尿,成功数次后改为每小时一次,以后逐渐增至三四个小时排

# 健康的“花朵”才有快乐

明天是“六一”儿童节。儿童是祖国的未来,也是每个家庭的希望。记者采访了省内知名儿童保健专家和心里专家,讲解儿童健康的相关知识,祝愿每一位儿童都健健康康地成长。

## 从“心”开始关爱孩子

■记者王艳

生活中,有不少家长只关心孩子的身体是否健康,只惦记孩子的学习成绩好不好,却忽视了他们的心理健康。然而,据不完全统计,我国至少有3000~5000万的儿童存在严重的心理问题。

杭州市第七人民医院儿童心理科周国岭主任说,儿童的心理问题表现多种多样,不同年龄段的儿童心理问题表现也不尽相同。有的孩子比较自卑甚至自闭,有的多动,有的叛逆,有的厌学——

以往厌学的基本上都是成绩不好的学生,现在成绩好的学生出现厌学情绪也不少。学习成绩在班级名列前茅的乐乐,最近就出现了厌学情绪。他经常

借口肚子疼,不肯去学校。

一直对他期望很高的家长,急得带他去医院做了各种检查,身体一点问题都没有,最后只好到儿童心理科就诊。经过耐心问诊,乐乐说出心里话,他感觉自己已达不到父母的要求,就索性逃避,借口身体不舒服逃学了。周国岭认为乐乐厌学是学习压力大造成的。

生活中,像乐乐这样的孩子不少。周国岭说,虽然压力可以转化为动力,但是物极必反,孩子学习压力过大,吃不消就厌学了。现在不要输在起跑线上的口号,已经从多年前的高考一步步提到了学前教育,这实质上与环境带来的过度竞争有关。因此,学校和家长应给孩子创造一个良好的教育环境,正确地引导儿童

健康心理的发展。同时,不应该只追求成绩好与坏,还要关注过程,过程有时候比结果更重要。

如果孩子的心理较脆弱,家长首先要信任孩子,给他足够的安全感。多接纳、支持、鼓励孩子自己已达不到父母的要求,多倾听孩子诉说心里话,做孩子的知心朋友。避免粗暴野蛮的责骂、说教、命令甚至惩罚。从小加强孩子的抗压能力教育,适当进行挫折教育,培养孩子独自解决问题的能力,通过自我暗示和鼓励,增强心理承受能力。

多注意孩子行为,一发现有异常就及时引导、纠正。对于一些较严重的心理问题如多动症、自闭症、精神分裂症等,尽快送孩子接受专业的治疗与训练,让他们早日适应社会。



## 让孩子在户外撒撒野

■记者王艳

如今的孩子,就像小公主和小皇帝,备受宠爱。可谁又知道,因为缺乏应有的户外活动,他们失去了许多童年应有的乐趣。特别是随着电子产品的普及,不少孩子沉迷于iPad、iPhone和视频游戏,整天宅在家中,并不利于孩子的成长。

杭州华丰幼儿园园长王璇说,户外活动是孩子亲近阳光和空气,走进大自然的最佳途径。沐浴阳光,能促进血液循环和新陈代谢,有利于生长发育,增强人体功能,培养乐观的心态。

儿童的学习,绝不是在静止中发生的,而是在每天各种活动当中进行的。越小的孩子,就越喜欢用身体来认识世界。在户外活动中,孩子可以锻炼身体协调和应变能力,能充分发挥想像力、动手能力和创造力,可以最大程度地释放身体内积攒的能量。

另外,户外活动往往是需要与小朋友一起展开的,即使是简单的游戏活动,也有不少

规则。如:几个小朋友在一起滑梯,就有一个先后次序的问题;一起搭积木或踢球,需要互相配合。在面对困难时,需要团结合作,利用集体的力量去解决。从而学会与别人交往、合作、领导,规则的制定与遵守等多项技能,进而逐步适应社会。

为了减少磕磕碰碰,有些父母认为重视孩子的安全就要避免孩子过多地参与户外活动。实际上,对孩子过度的保护也是一种伤害。王璇提醒家长,提前对孩子进行安全教育,根据孩子的年龄、喜好,选择合适强度的户外活动,倡导孩子多做有一定强度的、积极的户外活动,比如对于小学生而言,滑板、跳绳、踢毽子等运动都很适合,学龄前儿童活动强度适中即可。

户外活动时,避开雾霾,选择晴朗的天气,同时避免过强紫外线照射。每天至少活动1小时,活动前后可少量多次及时补充水分。活动后及时洗手,保持手部的清洁卫生,防止细菌侵入。

## 温州银行股份有限公司信贷资产债权转让招标公告

温州银行股份有限公司拟对信贷资产债权进行公开转让,现特发出本转让公告,对有关事项说明如下:

- 一、拟转让信贷资产有关情况**
本次拟转让信贷资产共8户,涉及8笔债权,金额总计35,641,752.76元,其中本金33,946,159.29元,利息1,695,593.47元(截止2016年4月30日)。
- 二、受让单位资格和条件**
1. 受让单位应为在中华人民共和国境内注册的法人或者其分支机构;
2. 受让单位应根据相关法律、行政法规、部门规章和监管规定,有

资格商业性买受银行业信贷资产。

- 三、招标组织安排**
转让方配合符合条件的意向受让方对拟转让信贷资产进行现场尽职调查。
- 四、转让方式**
本次转让为公开招标,报价日定于2016年6月6日。如果只产生一家符合条件的意向受让方时,拟采取协议转让方式。
- 五、有效期限**
本次招标公告有效期截止2016年6月6日。
- 六、其他事项**
1. 为力求规范、公平,本次资产包将转让的基准日设定为2016年4

月30日。即受让方与转让方签订正式合同后,全部转让信贷资产从2016年4月30日后的现金等收入全部归受让方所有。

2. 若受让方有因主观因素放弃或恶意抬高中标价格后再放弃的行为,今后我行在信贷资产转让业务上将不予与其合作。

3. 本公告不构成转让上述信贷资产的要约或承诺。

4. 本招标文件的解释权属招标单位。

联系人:王先生、陈小姐  
电话:0577-88990712

温州银行股份有限公司  
2016年5月31日

嘉善月灵医疗科技有限公司注销清算公告

嘉善月灵医疗科技有限公司注销清算公告:本公司股东会已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

海宁奥邦制冷设备科技有限公司注销清算公告

海宁奥邦制冷设备科技有限公司注销清算公告:本公司最高权力机构已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州厚川智能设备科技有限公司注销清算公告

杭州厚川智能设备科技有限公司注销清算公告:本公司最高权力机构已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州临安翔宇建筑劳务有限公司

公司遗失临安市市场监督管理局2016年05月13日核发的注册号:91330185MA27XL5C45的营业执照(副本),声明作废。

绍兴市盛昌汽车用品有限公司

公司遗失社会保险登记证、副本,社险浙字33060243024792,声明作废。

临安恒鑫矿产品有限公司,注册号330185000050802不慎遗失由临安市市场监督管理局2011年7月1日核发的的营业执照副本,声明作废。

临安恒鑫矿产品有限公司遗失税务登记证正本,浙税联字330124555193037,声明作废。

临安安子门窗加工厂遗失企

业组织机构代码证正本,号码L7959022-8,声明作废。

临安海邦工艺品有限公司注销清算公告

临安海邦工艺品有限公司注销清算公告:本公司股东已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

富阳禾盛电力器材有限公司注销清算公告

富阳禾盛电力器材有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州森鸣物业服务有限公司遗失组织机构代码证正本,代码:09704287-1,声明作废。

富阳禾盛电力器材有限公司不慎遗失企业公章、财务专用章、发票专用章各一枚,声明作废。

临安森茂农业开发有限公司,注册号330185000079599,不慎遗失由临安市市场监督管理局2013年11月20日核发的营业执照副本一份,声明作废。

临安森茂农业开发有限公司遗失组织机构代码证正、副本,号码59662404-0,遗失税务登记证副本,税号330124596624040,声明作废。