

新研究揭示

“女怕冷,男怕热”进化原因

同一间办公室里,女性穿着毛衣,而男性吹着空调穿着短袖,这种场景是否似曾相识?什么原因造成了这种差异?最近,以色列特拉维夫大学动物学院的研究人员为此提供了一种新的进化论解释:这种现象并非人类独有,许多雄性动物(鸟类和哺乳动物)比雌性更喜欢较低的温度。

研究人员说:男性和女性对温度的感觉不同,这是两性热敏系统在进化上的内在差异,除了其他因素外,这与生殖过程和照顾后代有关。相关研究论文发表在近日的《全球生态与生物地理学》杂志上。

此次,研究人员对生活在以色列的数十种鸟类和蝙蝠进行了深入的统计和空间分布分析,并对有关的国际研究文献进行了全面回顾。对文献的研究发现,在繁殖季节,雄性和雌性更可能互相分离,雄性栖息在较凉爽的洞穴中;雌性则在较温暖的地区分娩和抚养幼崽。在许多鸟类和哺乳动物中也有类似现象。在候鸟中,雄性会在更冷的地方过冬。即使在终生成双成对或一辈子在一起

过日子 的哺乳动物中,也是雄性更喜欢阴凉,雌性更喜欢阳光。

随后,他们对以色列近40年(1981-2018)11000多只鸟类和蝙蝠的信息进行了采样。研究表明,因为温度而出现“隔阂”的现象并不是人类独有的,在许多鸟类和哺乳动物中,雌性比雄性更喜欢温暖的环境,在某些时候如繁殖期,这种偏好会导致两性之间的分离。

就像女性更容易比男性感到疼痛一样,神经机制和荷尔蒙差异会带来感觉差异。研究人员假设女性和男性在进化过程中形成的热敏机制的差异导致了温度感觉的不同。

论文主要作者马戈里·科恩博士指出,这种差异有很多进化论的解释。首先,男性和女性之间的分离减少了对环境资源的竞争,并将可能具有攻击性并危及婴儿的男性拒之门外。此外,许多雌性哺乳动物必须在自己还不能调节体温的阶段保护后代,所以它们形成了对相对温暖的气候的偏好。

据《科技日报》

跑好宝宝成长“第一棒”

景宁深入实施儿童健康发展计划

本报讯(记者 蓝惊 通讯员 蓝义欣)县乡村三级同步开展免费养育风险筛查,专业人员进行家访指导,共建养育照护小组,帮助家庭掌握科学育儿的相关知识和实操技能,建立良好的亲子关系,促进宝宝各方面发展。在景宁,随着儿童健康发展计划的深入推进,一项项民生实事纷纷落地,为0-3岁婴幼儿家庭提供了标准化、便利化、多样化的儿童早期发展服务。

强化检查与指导

照亮孩子健康发展之路

还好来检查了,不然就晚了。家住东坑的雷女士带着自己2岁的儿子宁宁2个月前来到妇计中心做免费检查,在常规体检、养育风险筛查中发现养育风险因素有2项阳性,Gesll诊断评估显示适应性、精细动作、语言3项发育轻度落后,这几乎吓坏了她。所幸,医护人员与相关社区工作人员、志愿者第一时间介入,为孩子提供诊疗服务,对宁宁家长进行针对性指导,在积极干预

下,如今宁宁发育已经恢复正常。

景宁卫生健康局相关负责人表示,近年来,景宁县妇计中心与医共体各成员单位建立“抱团式”儿童健康管理模式,为3岁以下婴幼儿提供了规范的体格检查和生长发育评估、营养与喂养指导等12项健康管理和服务,增设儿童眼保健、感觉统合训练等专科和服务,建立婴幼儿照护服务指导中心,为全县托育机构标准化建设、婴幼儿照护服务开展提供了专业技术指导和支持。2019年,随着国家级农村儿童早期发展试点项目推进,景宁有11个乡镇(街道)共1895名儿童成为项目试点对象,2020年,试点乡镇中0-3岁儿童生长迟缓发生率(0.75%)较2019年降低了0.05个百分点。

不仅如此,为考虑疫情防控期间在外景宁人员返城困难和孕产妇外出不便的实际,景宁还开设线上教学课堂和远程问诊,根据婴幼儿不同阶段发育特点,为养护人提供婴幼儿疾病防治、体格发育、潜能发展等情景式示范咨询。至今累计开

展线上教学6次、线上问诊300余次、健康教育讲座14期,惠及儿童家长3700多人。

落实 幼有善育 提升养育照护服务层次

普惠性托育服务是关系儿童成长、家庭幸福、社会未来的民生工程。2020年8月,景宁首家普惠性质的公立性托育机构——景宁民生托育园正式落成,受到了附近村民的好评。家住王金垟的吴美香将32个月大的儿子送到托育园。她表示,平常孩子在家都是自己带,现在送到这里既能让他多认识一些新朋友,还能培养孩子的动手能力和自理能力。

除了托育园,景宁各地还建立了养育照护小组,根据不同月龄婴幼儿的生长发育特点,提供专业规范、安全健康的照护服务,促进婴幼儿早期发展。这些养育照护小组利用“儿童之家”、村委会办公楼、幼儿园等改建成的活动室,按照“统一课件、统一场地布置、统一培训”的原则,在县乡村

三级同步开展健康教育、亲子活动、育儿分享等课程,内容涵盖儿童营养与喂养、卫生与健康、回应性照护、安全与保护、早期学习等领域。

如今,“幼有善育”在景宁进一步落实,公办东坑镇幼儿园新增托位7个,民办蓝天幼儿园等3家幼儿园增加托位30个,全县已建成养育照护小组活动室16个,累计开展174场1092人次。

提供良好的健康、充足的营养和早期学习机会,让孩子们享有更好的健康和发展机会,正是从源头上阻断贫困代际传递,实施儿童健康发展计划,意义深远。截至2020年底,景宁已经创成省级儿童早期发展优质服务基地,景宁试点乡镇0-3岁儿童健康管理率达97.85%,0-3岁儿童养育照护接受健康教育覆盖率为97.85%,科学育儿知识知晓率为85.76%,关于下一代的健康蓝图正在绘就。

健康丽水

下功夫,配备符合标准的可调节课桌椅、坐姿矫正器等,实践证明,不少方法行之有效,得到了孩子和家长的普遍欢迎。

预防近视,防大于治。对不同年龄段的儿童青少年,近视防控的措施是不同的。如何做到关口前移,让防控工作更有针对性?如何提高儿童青少年用眼行为改进率和近视防控知识知晓率?这些都要求学校和相关部门拿出更加科学精准的举措。比如,加大科普宣传,推进家校联动,引导学生关注自身视力状况,营造政府主导、部门配合、专家指导、学校教育、家庭关注的良好氛围,实现早监测、早发现、早预警、早干预。

保护好儿童青少年的明亮“视界”,是全社会的共同期盼,也需要刻不容缓的行动。对于家长而言,引导和帮助孩子多些户外活动,多亲近自然,养成良好用眼习惯,让眼睛得到充分放松和良好休息,不妨从现在开始做起。

据《人民日报》

保护好孩子们的明亮“视”界

建立中小學生视力定期筛查制度,筛查频率每学期不少于2次,建立儿童青少年视力健康档案。前不久,国家卫健委启动全国第二批儿童青少年近视防控适宜技术试点工作,并印发《儿童青少年近视防控适宜技术指南(更新版)》。持续加大儿童青少年近视防控适宜技术推广示范力度,对孩子视力健康保护有着重要意义。

如何保护好儿童青少年的视力,是每个家庭面临的实际问题,也是全社会必须答好的一道考题。国家卫健委发布的数据显示,2020年,我国儿童青少年总体近视率为52.7%,较2019年上升了2.5个百分点,但相比2018年下降了0.9个百分点。总体来看,近视防控总体见效的基本局面初步展现,学生近视

早发现现象得到一定缓解,低度近视发展为中高度近视放缓。

孩子的光明未来,离不开明亮的双眸。习近平总书记强调:全社会都要行动起来,共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来。一段时间以来,我国学生近视呈现高发、低龄化趋势,严重影响孩子的身心健康,这是一个关系国家和民族未来的大问题,必须高度重视,不能任其发展。十四五规划和2035年远景目标纲要明确提出,有效控制儿童肥胖和近视。让每个孩子都有明亮眼睛、健康体魄,需要全社会共同努力。

近年来,从教育部等八部门制定《综合防控儿童青少年近视实施方案》到国家卫健委印发《儿童青少年近视防控适宜技术指南》,从明确

各方职责到统筹各部门合力推进,从各地因地制宜、多措并举到全社会提高认识、积极参与,综合防控儿童青少年近视工作的力度越来越大,儿童青少年近视防控取得实效。但也要看到,预防儿童青少年近视是一场攻坚战,也是持久战。近年来,全社会对呵护好孩子眼睛的呼声越来越高,对接下来的各项工作提出了更高的现实要求。

什么原因会诱发近视?应该如何做好预防?有眼科医生提醒,预防近视最重要的方法,莫过于鼓励孩子走到户外、拥抱大自然。控制电子产品的使用、纠正用眼习惯、保障睡眠和营养,也是专家提倡的方法。基于这些认识,一些学校以强化课外锻炼为抓手,减轻学生课业负担,一些地方在改进硬件设施上

“七步洗手法”学起来

手是人们与外界接触的主要部位,细菌非常多。这些细菌往往会通过手部与身体其他部位的接触乘虚而入,引发人体的一系列疾病,包括一些呼吸道疾病及消化道疾病,如感冒、发热、咳嗽、肠道传染病、肺炎等,威胁人们的健康。

新冠肺炎疫情的暴发,让大家养成了勤洗手的习惯。10月15日是“全球洗手日”,如何洗手才能有效去除细菌、病毒?让我们一起来学习正确的“七步洗手法”吧!

第一步(内):洗手掌,流水湿润双手,涂抹洗手液(或肥皂),掌心相对,手指并拢相互揉搓;

第二步(外):洗背侧指缝,手心对手背沿指缝相互揉搓,双手交换进行;

第三步(夹):洗掌侧指缝,掌心相对,双手交叉沿指缝相互揉搓;

第四步(弓):洗指背,弯曲各手指关节,半握拳把指背放在另一手手心旋转揉搓,双手交换进行;

第五步(大):洗大拇指,一手握另一手大拇指旋转揉搓,双手交换进行;

第六步(立):洗指尖,弯曲各手指关节,把指尖合拢在另一手掌心旋转揉搓,双手交换进行;

第七步(腕):洗手腕、手臂,双手交换进行。

据《南京晨报》

健康知识

文明健康 绿色环保 公益广告

大力倡导文明健康 绿色环保生活方式

保持平和心态 积极乐观自律



丽水市文明办