

<<谁在危害孩子的健康>>

图书基本信息

书名：<<谁在危害孩子的健康>>

13位ISBN编号：9787543857322

10位ISBN编号：7543857324

出版时间：2009-5

出版时间：邵国琼、刘筱英 湖南人民出版社 (2009-05出版)

作者：邵国琼，刘筱英 编

页数：193

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<谁在危害孩子的健康>>

前言

梁启超言：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲则国胜于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球。”

由此可见，下一代的培养是立国之基，是我们作为父母应尽的责任。

怎样让孩子健康成长，是年轻父母最关注的话题。

据2007年10月3日的《健康报》报道，在第二个室内环境宣传月启动仪式上，中国室内环境监测委员会公布了近5年来6000户家庭室内环境检测结果：7成以上新婚房间室内环境检测质量不合标准，9成以上的儿童房间存在环境污染问题。

近年来，发现一种儿科疾病，其症状主要表现为咳嗽、头痛、双眼不适或眼痛、胸闷、精神不振，甚至出现一些过敏反应等，经检查和分析，这些小儿被诊断为“儿童居室综合征”。

原来，这些患儿是由于长时间受到城市居室内的空气污染而致病。

儿童是一个对环境敏感的弱势群体，更容易受到室内污染空气的侵害。

因为儿童正在发育期间，对空气质量的要求更高，而自身免疫系统成长发育尚未完善，对外来因素的抵抗力是比较差的。

而儿童在室内停留时间也是最长的，现在一般成年人在室内活动时间是90%左右，65%的时间在家里，孩子就更长，尤其是在冬季，基本都是在室内度过。

家庭居室是一个小的封闭空间，多种污染物如不能及时净化，可导致人体多系统、多脏器、多组织、多细胞的健康损害，空气污染会严重破坏儿童肺部呼吸道里的纤毛，没有纤毛，悬浮颗粒物会不受阻挡地侵入肺组织，对其造成永久损害。

长期呼吸污浊的空气，灰尘中的重金属物质可沉积在儿童娇嫩的内脏及循环系统中，造成成年后无法恢复的损伤。

儿童尤其是婴幼儿受到伤害不容易被发觉，他们自己又没有表达能力，所以儿童生活环境的空气污染问题亟待关注。

世界卫生组织宣布，全世界每年有10万人因为室内空气污染死于哮喘病，而其中有35%为儿童，据统计，我国儿童哮喘病患率为2%~5%，其中1~5岁儿童占患病儿童的85%。

中国环境科学研究院的调查表明，空气污染是导致儿童呼吸道疾病发病率上升的直接原因，据中国儿童卫生保健疾病防治指导中心发布的统计数据，目前中国每年因居室污染引起上呼吸道感染而致死的儿童有210万，其中100万5岁以下婴幼儿的死亡与居室空气污染有关，因室内空气污染导致婴幼儿死亡率之高，令人触目惊心，因此关注儿童健康，消除居室污染给儿童带来的伤害刻不容缓。

我国第二个室内环境保护宣传月的主题为“关注室内环境污染，保护母婴身体健康”，足以证明儿童居室安全越来越受到人们的关注，但目前市面上虽有铺天盖地的儿童营养、儿童教育方面的书籍，却几乎没有一本关于儿童居室安全的书。

如何给孩子一个舒适、安全，富有灵性的空间，如何让孩子在家庭生活中健康、快乐地成长，已成为每一位父母设计家居时最头痛的问题。

作为儿童医务工作者，解决这一难题责无旁贷，为此，特组织资深儿科专家，编写了本书，希望能给年轻的父母们一些帮助。

本书在编写过程中得到了环境保护专家陈守义与胡思明的支持和指导，在此，谨表谢忱。

由于水平和时间有限，书中纰漏在所难免，敬请业内专家及广大读者不吝赐教。

<<谁在危害孩子的健康>>

内容概要

《谁在危害孩子的健康：如何营造儿童健康居室》讲述了：据2007年10月3日的《健康报》报道，中国室内环境监测委员会公布了近5年来6000户家庭室内环境检测结果：7成以上新婚房间室内环境检测质量不合标准，9成以上的儿童房间存在环境污染问题。

例如近年发现一种儿科疾病，主要表现为咳嗽、头痛、双眼不适或眼痛、胸闷、精神不振，甚至出现一些过敏反应等，经检查诊断为“儿童居室综合征”。

对孩子的身心健康造成了严重的危害。

世界卫生组织宣布，全世界每年有10万人因为室内空气污染死于哮喘病，而其中有35%为儿童，我国儿童哮喘病患病率为2%~5%，其中1~5岁儿童占患病儿童的85%。

空气污染是导致儿童呼吸道疾病发病率上升的直接原因，据中国儿童卫生保健疾病防治指导中心发布的统计数据，目前中国每年因居室污染引起上呼吸道感染而致死的儿童有210万，其中100万5岁以下婴幼儿的死亡与居室空气污染有关。

中国标准化协会和中国儿童卫生保健疾病防治指导中心的调查显示，全国每年因装修污染引发呼吸道感染而死亡的儿童人数高达210万，其中100多万5岁以下儿童的死因与室内空气污染有关。

在我国每年新增的4万~5万白血病患者中，约50%是儿童。

据某儿童医院血液科统计，该院的白血病患者中，90%的家庭在半年之内曾经装修过住房。

如何给孩子一个舒适、安全，富有灵性的空间，如何让孩子在家庭生活中健康、快乐地成长，已成为每一位父母设计家居时最头痛的问题。

作为儿童医务工作者，解决这一难题责无旁贷，为此，特组织资深儿科专家，编写了本书，希望能给年轻的父母们一些帮助。

<<谁在危害孩子的健康>>

书籍目录

孩子,你离健康居室有多远1 预防儿童居室污染刻不容缓一、居室污染调查结果令人震惊 / 4二、何谓居室污染 / 5三、居室污染的特点 / 7四、儿童居室健康“杀手” / 92 构建儿童健康居室一、儿童健康住宅的卫生标准 / 14二、构建儿童生态家居 / 16三、了解室内装饰标准 / 18四、维护室内空气洁净度 / 18居室污染——不能承受之重3 室内有毒空气污染一、室内空气污染的头号杀手——吸烟 / 24二、室内装修污染 / 25三、第三污染源——家具 / 37四、不容忽视的燃烧产物 / 39五、清除空气污染总动员 / 424 室内污染的“隐形杀手”——家用电器一、电脑 / 50二、电视机 / 53三、微波炉 / 54四、冰箱 / 56五、空调机 / 57六、洗衣机 / 59七、手机 / 61八、电灯 / 625 问题日用品污染一、塑胶奶嘴、奶瓶潜伏危险 / 66二、消毒湿巾暗藏细菌 / 66三、易拉罐材质中有铝 / 67四、漂亮陶瓷中有铅、镉 / 67五、洗衣粉和洗涤剂潜藏威胁 / 68六、不合格化妆品有毒 / 696 宠物污染一、宠物污染的传播途径 / 72二、常见宠物对孩子健康的影响 / 73三、预防宠物污染 / 79四、被宠物咬伤后的处理方法 / 807 植物性污染一、有误食可能和接触危害的植物 / 84二、有嗅闻危害的植物 / 88三、含有促癌物质的植物 / 90四、预防植物性污染 / 918 生活垃圾污染一、垃圾桶放置不当的影响 / 94二、居室垃圾恶臭对儿童健康的影响 / 95三、有害垃圾对儿童健康的影响 / 96四、预防生活垃圾污染 / 97送给孩子最好的礼物——儿童健康居室9 创建环保型家居一、治理噪声污染 / 104二、营造温馨的儿童家居 / 106三、创建环保型居室 / 10910 营造安全舒适的生活空间一、卧室 / 115二、客厅 / 122三、厨房 / 128四、卫生间 / 134五、阳台 / 138六、庭园 / 13911 确保生活用品安全一、清洁用品 / 150二、驱蚊防虫用品 / 152三、儿童个人用品 / 156四、儿童居室安全 / 16412 打造快乐益智的玩具天堂一、“问题玩具”——孩子健康的“隐形杀手” / 168二、玩具选购安全指南 / 170三、玩具使用安全指南 / 173四、十大类玩具安全隐患及防护措施 / 17613 创造优雅健康的学习环境一、书房的位置 / 184二、书房的布置 / 185三、书桌与座椅的设计与摆放 / 186四、书柜的摆放与布置 / 187五、安全适用的学习辅助用品 / 188

<<谁在危害孩子的健康>>

章节摘录

插图：(一)手机对孩子的危害在信息社会高度发达的今天，大多数家长为了方便及时地与孩子联系，都给孩子配备了手机，尤其是在城市学习的中学生中有80%以上的孩子都经常使用手机。

英国一份研究报告提醒家长，孩子使用手机更容易受到辐射。

研究表明，孩子在使用手机时，大脑中吸收的辐射比成年人要高出50%。

孩子对辐射的吸收率之所以比成年人高，是因为他们的耳朵和颅骨薄且小。

强大的电磁波长期在脑边释放，会影响孩子大脑发育，严重的会诱发脑瘤(见图4 - 7)。

正处于中枢神经系统的形成和发育期的孩子，手机的电磁场会干扰中枢神经系统正常功能的发挥，同时，孩子的免疫系统尚未彻底形成，手机辐射迟早会影响到孩子的免疫能力。

世界卫生组织的态度早就十分明确：电磁场对孩子健康有害。

青少年也正处于发育阶段，同样容易受到电磁辐射的伤害，尤其是手机辐射对大脑健康的直接影响最明显，会使青少年的智力下降、记忆力减退，明显的表现是耳朵有异样感、耳鸣，甚至偏头痛；对孕妇来说则会严重影响胎儿的发育，甚至出现胎儿先天性畸形等不良后果。

另外，手机长期在各种环境下工作会滋生细菌，大家都知道，我们的双手随时都会沾染很多细菌，一张流通的钞票也同样如此……我们的手机每天会有很多细菌滋生，而且从来无法用清洗的方法来清洁我们的手机，而最重要的问题是，我们的孩子在使用手机时都将手机靠近面部或在使用手机后没有洗手就用手取各种可口的美食放入口中，很容易导致消化道等疾病的发生。

(二)应对策略手机接通瞬间释放的电磁辐射最大，最好在手机响过一两秒或电话两次铃声问歇中接听电话。

带变压器的低压电源一般磁场都很强，在接线的地方可以测到300mG以上磁场，不过距离仅30cm远就马上掉到1mG以下了。

手机充电器、便携式单放机在插座上的变压器磁场较强，所以要与之保持距离。

最好不要给孩子佩戴手机，如果必须佩戴，为了孩子的健康，尽可能不要将手机放于孩子床头，枕边，胸前等处。

八、电灯(一)照明不当对孩子的危害近年来，城市居民大都热衷于居室内部的装饰和美化，装上了千姿百态、五颜六色的灯饰，而很少考虑照明灯具的实用性，从而忽略了合理的照明需要。

这里主要讲述照明不当给孩子健康带来的危害(见图4 - 8)。

很多人都明白，在光线不足的条件下工作和学习可使视力减退或下降，太弱的光线会增加眼睛的疲劳感，损害孩子的视力，如采用10~15lx的低照度会使孩子的视力下降，但不知在刺眼耀目的光线下学习对视力的危害更大。

强大的光束还能干扰孩子的中枢神经系统的活动，长期在强光下学习会使人出现头晕目眩、站立不稳和头痛、失眠、注意力不集中和食欲下降等症状。

科学研究发现，各种灯光都可扰乱人体自身的自然平衡，使人体产生一种“光压力”，若长期处于这种压力下，体内的生物和化学系统会产生变化，体温、心跳、脉搏、血压会变得不协调，各种疾病将乘虚而入。

它对孩子特别是婴幼儿的健康影响更大，较强的光线会削弱婴幼儿的视力。

经常处于光照环境中的新生儿，往往会出现睡眠和营养方面的问题。

关照太强甚至会刺激孩子性早熟，这是因为接受光照太多，会减少松果体褪黑激素的分泌，减弱对性腺发育的抑制，导致性器官的超前发育，使性早熟不可避免。

近年来，孩子的性成熟年龄不断提前，其中灯光的影响绝对存在，而性早熟所带来的一系列社会问题更是不容忽视。

(二)应对策略尽量选用光线柔和的灯光，不宜在强光下或弱光下看书、写字。

去正规灯具店购买灯具，严禁选用劣质灯具，在使用灯具时如出现不适，应及时更换，不可勉强使用。

每次在灯光下看书的时间不宜超过一个小时，最好每隔45分钟离开灯光，踱步至窗边眺望远方，既让孩子心旷神怡，呼吸了新鲜空气，又让眼睛得到了休息。

<<谁在危害孩子的健康>>

这种做法对于保护孩子的栅力大有裨益。

<<谁在危害孩子的健康>>

编辑推荐

《谁在危害孩子的健康:如何营造儿童健康居室》由湖南人民出版社出版。

<<谁在危害孩子的健康>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>