

请慎待“养娃神器”

本报记者 王忆遥

不属于儿童玩具产品。

“矫正神器”容易造成缺氧

最近，网上流传的一张照片，引发了一些家长的焦虑。照片上记录着一个张嘴呼吸的男孩，从10岁到17岁的面容变化。很多家长一看到孩子睡觉张嘴，就担心到不行，想尽各种办法让孩子把嘴闭上。于是，“口呼吸”冲上了热搜。大家对口呼吸的传闻愈演愈烈：“变丑、影响睡眠，连带着身高、记忆力、学习成绩都会受影响。”虽然口呼吸确实有问题，但“口呼吸贴”之类的“矫正神器”使用不当，会导致呼吸障碍，带来安全隐患。

其实，口呼吸只是一种表现，如果没搞清楚背后原因，简单粗暴地给孩子上口呼吸矫正器，不仅改善不了口呼吸，还可能带来严重的后果。市场上常见的口呼吸矫正器，其原理都差不多——通过强行把嘴闭上，使孩子无法用嘴呼吸。但是，大多数孩子口呼吸的根本原因不在嘴巴，而在鼻子。人在安静状态下（比如睡眠），气流应该绝大部分通过鼻腔，这是正常的呼吸状态。因为各种原因，鼻子被部分或完全阻塞，气流无法顺利通过鼻腔，才会被迫张开嘴巴呼吸，从而产生口呼吸。这种口呼吸更准确地表达应该是“鼻通气不足”，说白了就是孩子的鼻子呼吸不畅，才会被迫用嘴呼吸。这种情况，家长首先要做的是带孩子去医院耳鼻喉科检查，看看有没有腺样体或扁桃体肥大、过敏性鼻炎、鼻中隔偏曲等疾病。

如果孩子是腺样体肥大导致的口呼吸，而家长只是单纯地把孩子的嘴巴贴上了，本来孩子的鼻子就不通气，这下连嘴巴也呼吸不了，憋得更难受，甚至会导致缺氧。所以，没有医生指导，“口呼吸矫正器”不建议乱用。

如果孩子的鼻子通气正常，但在放松状态下嘴巴不能闭合，看起来依然是张着嘴、露出牙齿，那就得从别的方面找原因，比如：上唇短，以往有长期使用安抚奶嘴、吮手等不良习惯；以前有鼻咽部疾病等引起的口呼吸，治好了依然习惯性张嘴等。这种由不良习惯造成的“开唇露齿”，也要尽早改掉，否则时间长了，同样容易影响正常的牙齿发育。

总之，发现孩子有口呼吸表现，不要盲目跟风使用封口贴、矫正带等所谓的“神器”。先检查孩子是否存在鼻子不通的问题，如果有，先治鼻子。对于因不

良习惯造成的口呼吸，可以通过一些训练进行改善。对于难以纠正或已经出现牙齿、面容方面问题，要尽早带孩子去看口腔科医生。

“摸高神器”过度练习伤骨龄

“摸高神器”安装简单、价格便宜，是家长们幻想中的“养娃神器”。但是多了解一些生长发育知识就会明白，这种所谓“神器”其实很伤孩子的骨龄。

很多家长都对孩子患有“身高焦虑”，末末妈妈就是这众多家长中的一员。“我也被这种摸高神器吸引了，收藏了好几款，还没等下单，就被接踵而来的热搜打消了购买冲动。”

骨龄，骨干的端又各名，较膨大并具有光滑的关节面，关节面由关节软骨覆盖。若骨龄愈合，则可能会停止生长。孩子小的时候，比成年人的骨头数量多得多。因为孩子的好多骨头还没完全长到一起，这些相邻但还没有完全连起来的骨头，就给孩子生长发育提供了可能。这些骨头是怎么组合在一起的呢？就是靠着软骨部分的骨骺。骨骺非常重要，因为孩子身高、体重的发育，全靠骨骺的生长来完成。具体来说，生长发育期的孩子大部分骨头的两端，都有让孩子长高、长大的骨骺。孩子的小腿、接近膝盖部分的骨骺非常重要，医学上称为“胫骨结节骨骺”。胫骨结节骨骺炎，就是这个部位的骨骺发炎了。而发生胫骨结节骨骺炎的原因很简单，主要就是运动过度、过量。

其实，“摸高神器”不是不能用，但是有几个前提。首先，运动不能过量，孩子一旦觉得累了就要及时休息，强度太大可能得骨骺炎。其次，要多种运动交替，把孩子的全身肌肉都锻炼到，比如背部、上肢、腹部等，所以最好的运动仍然是各种户外运动，不能只用这一种“摸高神器”。

专业人士表示，运动一要适度。如运动不当或过量，第一个后果是孩子遭罪。在孩子骨骺发育的时候，如果发生骨骺炎，就会产生明显的关节疼痛症状。即使不严重的骨骺炎，也会影响孩子的学习生活。如果严重的话，还会导致孩子出现明显的软骨损坏等现象。第二个后果，如果治疗不及时或者不彻底，孩子受伤的关节部位比其他孩子更容易发生关节炎，甚至可能出现明显的关节畸形，从而影响到孩子的身高。

养娃路上无捷径，没有绝对的“神器”。每个孩子都有个体差异，请尊重他们的成长规律，不宜盲目跟风。

接地气

小村来了省城专家

近日，白城市发家村的村民们足不出村就享受到了来自吉林大学第一医院医护人员的专业医疗服务。来到村里的医疗队是共青团吉林省委、吉林省青年联合会联合吉大一院团委“蓝马甲”志愿服务队派出的，由诊疗经验丰富的8名医生和3名护士组成。他们携带了便携式彩超机、血压仪、针灸相关医疗器械，克服时间紧、路途远、诊疗人数多等困难，让基层百姓感受到了来自省城白衣天使的温暖。

“您要尽量避免引起疼痛的姿势，局部理疗，本病与怀孕期间身体激素变化有关，可自行缓解不必过度焦虑……”“我建议您在超声引导下进行穿刺活检，明确淋巴结性质……”“这是高血压健康宣教资料，建议大家规律服药、监测血压……”前来就诊咨询的村民人头攒动，医护人员耐心地一一接诊解答。

义诊结束后，吉大一院团委书记王俏代表团队向村民捐赠了1000个口罩。（王俏 记者张慧勇整理）

靖宇农民画传承红色基因

日前，靖宇县农民画画家韩丽梅、盖斌夫妇以杨靖宇将军的抗日故事为题材，绘制了18幅作品，以农民画的形式刻画杨靖宇将军的光辉形象，传承抗联精神，鼓舞激励后人。

靖宇县的三道崴子是杨靖宇将军的殉国地。县域内有150处东北抗联的遗址和遗迹，红色资源极为丰富，这也成为该县乡土文化人才的创作素材。靖宇县农民画的发展很有历史。

县农民画协会有会员142人，创作了6000余幅佳作，有1500余幅作品曾在省、市美展上展出，800余幅作品曾获国家级奖项。

在靖宇镇文化站工作的韩丽梅表示，镇里对杨靖宇将军英雄事迹的宣传十分重视，也对农民画的创作给予了大力支持。她希望通过这批画作让更多的人了解先烈的事迹，传承红色基因。（林岩 本报记者王忆遥）



日前，国网松原供电公司宁江区供电公司党员服务队队员在松原市王府井商场内，向商场工作人员介绍国网App的使用情况，同时讲解常见电费诈骗套路。 吉翔泽 摄

确保文物场所消防安全

为切实做好文物古建筑场所消防安全工作，严防各类火灾事故发生，近日，梨树县消防大队联合梨树县文广新局对文物古建筑场所开展消防安全检查。

检查中，联合检查组重点对场

所内的疏散通道、安全出口、应急照明装置、消防安全疏散指示标志、灭火器等方面进行检查。此次检查及时发现并消除了一批火灾隐患，为确保国家文物遗产安全提供了有效保障。（孟庆一）

净美家园 创城有我

日前，长春市朝阳区征收办党总支组织全体党员干部，前往永昌街道和社区和红街街道建社区开展“净美家园 创城有我”志愿服务活动。活动中，党员干部拿着铲子、扫帚

和垃圾夹等工具，对“野广告”和道路两侧垃圾进行清理，并向居民宣传创城意义，鼓励大家从我做起、从身边事做起，积极参与创建文明城市志愿服务活动。（王光初 郭浩彤 记者张慧勇整理）

和气解纠纷 赔款“秒”到账

近日，抚松林区基层法院利用诉前调解机制调解一起机动车交通事故责任纠纷案件。

据了解，被告刘某在路上开车时不小心将闫某撞倒，导致闫某住院治

疗，花费3万余元。来到法院后，办案法官耐心劝导，分别做当事人的工作，双方均表示出诚意，并达成一致协议，被告当场给付3.5万元赔偿款，实现解决纠纷不伤和气。（韩宜廷）

毁林地扩建鱼池被处罚金1万元

最近，被告人李某某被珲春林区基层法院以非法占用农用地罪判处有期徒刑人民币1万元。

几年前，李某某未经林业主管部门批准，在其原承包鱼池基础上，分两次扩大鱼池面积和修整池边林地，擅自改变林地用途，造成国有林地大面

积毁坏，被改变用途的林地土壤层结构达到严重毁坏程度，已无法顺利更新演替森林植被。

法院审理认为，被告人李某某非法占用国有林地并改变林地用途5.97亩，数量较大，造成被占用林地严重毁坏，其行为构成非法占用农用地罪。（秦雯）



为进一步提升妇女法治意识和维权意识，近日，长白朝鲜族自治县人民法院长白人民法庭负责人走进长白县绿江社区，开展以“我的权益我做主”为主题的法律宣传活动，普及法律知识，传递司法正能量。 李俊颖 王俐苹 摄

信访之窗

本报讯(沈玉建 记者张慧勇)“各位专家和老师们，我在七八年前借给同学5000元钱，时至今日，对方只还了1000元。我想请教心理学和法学方面的专家，这钱我到底该不该要？如果该要，该用什么样的方式和办法要？”日前，在辽源市西安区向阳街道，街道社区工作人员和辖区群众提出了一个个与工作生活息息相关的问题，得到了专家和志愿者的耐心解答。

60余名专家走进辽源答疑解惑

3月1日至3日，辽源市信访局邀请60余名律师、心理咨询师、大学教授走进辽源开展群众工作志愿者“六进三服务”活动。3天的活动时间里，他们先后深入到辽源市信访局接待大厅、辽河半岛小区月亮广场等13个单位和场所，先后为600多名机关干部和企管人员进行了4场专题讲座和心理辅导，为1000多名基层干部群众提出了处理案例、解决问题的政策法规

依据和心理咨询服务，分发了2000余份《信访工作条例》宣传手册、宣传单。

辽源市信访局深入贯彻落实党的二十大精神和《信访工作条例》，扎实有效、深入持久地推动社会力量参与信访工作，助力多元共治。目前，全市有89个社会组织和志愿服务组织参与基层社会治理，实现了资源整合、力量融合、功能聚合。

微观点

莫让孩子在负能量中成长

本报记者 王忆遥

“你把家当成情绪的‘垃圾场’，孩子就会活在‘垃圾堆’里。为人父母，不管多累，请不要把负能量传递给孩子。”最近这段话在网络上被频频转发，引发广大网友的关注和热议。

家长也是孩子最亲近、最信任的人，家长自身的能量状态，对孩子的影响不言而喻。情绪稳定、思维乐观的家长会营造一种平和、愉悦的家庭氛围，孩子是放松的、舒展的，能够自由自在地探索、发展自我。如果家长经常抱怨、愁眉苦脸、郁郁寡欢，孩子会跟着紧张、焦虑，陷入一种无助、绝望的情绪中。长此以往，他的性格会变得内向、自卑，看这个世界也往往是负面的。

家长们有时候表现出各种情绪，是可以理解的。

但越是这样，越应该学习情绪管理，而不是把情绪的出口对准孩子。事实上，现实生活中，很多家长都没有安放好自己在外部世界中积攒的负能量，比如工作的不顺、生活的压力、个人情感问题，于是在面对孩子时，情绪很容易爆发。这会容易导致家长错误地以为自己的愤怒、焦虑都来源于孩子不听话、做不出作业、不够优秀。在父母不稳定的情绪下，孩子不得不通过自己的行动来宽慰父母，把他们从负面情绪中解救出来，好像自己学习好、表现好，父母就会开心一点。

孩子是敏感的，会从父母对自己的态度、语言，甚至是一个表情、眼神中读出父母对自己的评价，并由此建立起自我认知。家庭教育的关键之一就在于：帮助孩子找到自信、价值感来源。家长的关爱、鼓励和

欣赏，最能为孩子注入正能量，让他们感到自己是被爱的、有价值的。

网友听潮：“我家丫头最近迷上了一首《阳光开朗大男孩》的歌，每天接送她去幼儿园的时候都要在车里放。我觉得做个阳光开朗的爸爸，是很重要的。”

网友烟雨江南：“其实教育最简单的就是身教言传，为什么是身教在先，如果父母本身就是一个情绪不稳定、充满负能量的人，那么孩子很可能也是这样。父母做好榜样，孩子才能学的健康，后面再加以引导，孩子主动学习永远比被动要好。”

网友拉布拉多：“以前我也喜欢在孩子面前抱怨，后来发现孩子真的会变得消极，我开始改变自己，希望能给孩子好的影响。”

律师信箱

与网络购物相关的法律知识

问：消费者通过网络平台购物，拆封查验后可以退货吗？

答：消费者通过网络平台购物后，通常收到的商品都是包装过的，许多密封包装的商品在售卖时还提示不得拆封，一旦拆封就不得退换。但是，如果我们不拆封则无法检查该商品质量是否合格、是否与商家描述的一致。究竟能不能拆封，拆封后能否退货呢？《最高人民法院关于审理网络消费纠纷案件适用法律若干问题的规定（一）》（以下简称《解释》）第三条就规定，因检查商品的必要拆封且不影响商品完好的，可以无理由退货。所以消费者通过网络平台购物，拆封查验后可以“七天无理由退货”。这里的“检查商品的必要、不影响商品完好”需要结合具体情况综合判断，例如，购买衣服，在不损坏衣标

签的情形下试穿、拆封，则仍然可以退货。

问：网络购物中，有的商家作出了“假一赔十”的承诺，必须遵照承诺进行赔偿吗？

答：在生活中，“假一赔十”的承诺往往是商家向消费者承诺不经营假货，一旦其销售的商品为假货，商家不但会退货还将以购货款十倍的价格向消费者赔偿。但是，实践中，一旦产生纠纷，经营者又多以赔偿标准高于法定赔偿标准等为由，拒绝兑现承诺。

根据《解释》第十条的规定，在这种情形下，虽然商家向消费者承诺的赔偿标准高于相关法定赔偿标准，但是消费者主张平台内经营者按照承诺赔偿的，人民法院应依法予以支持。

问：通过网络直播购物后，无法找到实际销售者，可以要求网络平台承担赔偿责任吗？

答：网络直播购物已经成为普遍购物方式，在直播中，往往打着“全网最低折扣”等旗号虚假宣传，购物陷阱屡见不鲜，消费者频频中招，消费者买到假货时却无法找到直播运营者、实际销售者，只好要求直播平台经营者承担赔偿责任，这有法律依据吗？

根据《解释》第十一条的规定，平台内经营者开设网络直播间销售商品，其工作人员在网络直播中因虚假宣传等给消费者造成损害，消费者主张平台内经营者承担赔偿责任的，人民法院应予支持。该规定严格规范平台内经营者、直播营销平台经营者的法律责任，切实维护消费者的合法权益。

（解答人：上海市锦天城（长春）律师事务所律师尹潇）