

# 贴生长贴 真能长高吗

## 专家:有一定促进作用但非万能贴

都说春生夏长，随着春天到来，生长贴也更加频繁地进入人们的视线。什么是生长贴？它真的有助于长高吗？什么样的儿童适用生长贴呢？3月20日，与生长贴打了近10年交道的我市主治中医师程迅告诉记者，生长贴可以为儿童生长发育提供一定帮助，但儿童生长发育受多方面因素影响，生长贴并非万能贴，家长需理性看待。



贴生长贴

### 生长贴 真的有助于长高吗

眼下，生长贴正火热开贴。市民张女士带两个孩子到医院贴生长贴已经四五年了，在她看来，小学阶段本来就是生长发育的高峰期，因此生长贴到底有没有帮助孩子长高，还真说不上来。不过，孩子对生长贴不排斥，和医生相处很融洽，这几年鲜少生病。我想着贴了总比没贴好，所以还是会带孩子来贴。张女士说。

读小学四年级的睿睿是第一年贴

生长贴，他妈妈倒是认为孩子长高明显：我家有两个孩子。大儿子偏瘦，身高低于生长曲线，所以带他来贴生长贴。前几个月他都没怎么长个儿，今年贴了4次，已经长高1厘米了，所以我认为贴生长贴对于长高应该是有帮助的。不过，像小女儿这样生长曲线正常的，我感觉就没必要贴生长贴了。

据了解，生长贴是一种中医外治疗法，其原理是将中药贴剂贴敷于

特定穴位（有时还会辅以针灸或推拿），通过药物吸收、穴位刺激双重作用，起到健脾开胃、改善消化等目的，从而促进儿童生长发育。程迅介绍，生长贴简便、几乎无副作用，因此颇受家长和孩子欢迎。不过，在治疗过程中，医生会避免将生长贴与长高画上等号。对于已经明确偏矮的儿童，不能指望贴生长贴就能长高，而应该到医院专科接受更有针对性的治疗。

### 什么样的儿童适用 生长贴

有些家长求高心切，带着未满2周岁的幼儿到医院咨询生长贴，也有些家长后知后觉，孩子都上中学了才想着用生长贴弥补身高。程迅介绍，一般而言，生长贴适用于身高增长缓慢、脾胃功能较弱、睡眠质量不佳的儿童。如果孩子的身高低于生长曲线，或者与同龄孩子的差距逐渐拉大，家长要多加留意，及时进行干预。

春季是儿童身高增长的黄金加

速期，因此医生建议可以在春季（3月至5月）贴生长贴，每周一次，连续6-8周。但是，小于2周岁的幼儿、骨骼线闭合的儿童，不建议贴生长贴。还有些孩子生长发育良好，但家长仍然希望通过贴生长贴让孩子的个头再蹿一蹿。对此，程迅坦言，生长贴对于生长发育正常的孩子效果可能就没有那么明显了。

记者还注意到，在线上购物平台，生长贴比比皆是，销量高的累计已

达数十万份。不过，程迅提醒，生长贴也讲究辨证施治，不同的儿童取穴不同，如容易遗尿的儿童贴在关元穴、体重偏瘦的儿童贴在中脘穴，家长随意贴可能会适得其反，因此建议家长带孩子到正规医院进行贴敷。另外，儿童的身高不仅受遗传因素影响，还要依靠均衡的营养摄入、适量的运动和充足的睡眠。家长要科学评估及干预，不必陷入身高焦虑。

融媒记者 李梦楚

记者帮办 便民服务邮箱: ykrm88@163.com

## 宠物便纸箱 遇冷 市民呼吁加强维护



空空如也的宠物便纸箱

近日，市民张女士向本报记者帮办栏目反映，溪中东路和龙川东路交叉口附近绿道上，设置的宠物便纸箱未能发挥应有作用，不仅箱内无纸，有的箱子还被个别市民当作垃圾桶塞进了垃圾。

记者来到张女士所提及的绿道区域，看到每隔一段距离就设有一个宠物便纸箱。这些便纸箱为金属材质，约1米高，外表印有可爱的宠物狗卡通形象以及“宠物拾便纸 请文明取用”字样，看起来十分醒目。然而，记者打开多个便纸箱查看时，发现部分箱子里空空如也，有的箱子底部还散落着少量垃圾。

在绿道散步的市民李先生说：这些箱子装得挺好的，包括绿道边上的其他提示标语。但实际上这边散步就会发现，大部分遛狗的人都是直接让狗拉在草丛里，甚至有的人直接让狗拉在人走的路上。我觉得更重要的是要提升他们的素质。

张女士是一位资深铲屎官，每天都会带自家狗狗来绿道散步。宠物便纸箱的设立初衷是好的，如果能利用起来的话，多少可以减少这种不文明现象。张女士希望相关部门能定期维护和补充便纸，让便民设施真正发挥作用。

了解相关情况后，记者就此事联系了市综合行政执法局。

### 部门回应

市综合行政执法局：

市综合行政执法局相关负责人表示，宠物便纸箱是为引导市民文明养犬、维护公共环境而设置，目前在多个区域都有投放。对于便纸箱出现无纸和被塞垃圾的情况，该局已安排工作人员前往检查和清理。

该负责人表示，前期已建立宠物便纸箱维护管理机制，安排专人每周2-3次补充拾便纸，并清理便纸箱，确保设施整洁可用。但在日常管理中，存在个别市民一次性取走全部拾便纸另作他用的现象。对此，该局将优化管理机制，安排专人定期检查，增加拾便纸补充频次，加大便纸箱维护力度，加强宣传引导，增设文明养犬提示牌，引导市民爱护公共设施，文明取用拾便纸。该局也呼吁广大市民，遵守文明养犬相关规定，共同维护和谐家园。

### 记者手记

文明养犬是城市文明的重要体现，宠物便纸箱虽小，却也是提升城市环境与居民生活品质的一环。希望在相关部门的努力和市民的共同配合下，便民设施能真正发挥作用，让城市绿道成为干净、舒适的休闲场所。

另外，本栏目也在此呼吁，宠物便纸请按需取用，切勿浪费或大量占为己用。

融媒记者 吕晓婷 文 卢斌 摄

融媒记者 邵思民

### 一周天气早知道

## 夏日体验卡 请查收

### 下周气温将直冲30

进入春分节气后，永城的春意已被肆意绽放的繁花占尽，变得生动活泼。江边的柳树早已不是初春稀疏的模样，樱花、杏花、桃花、郁金香等开始进入最佳观赏期。接下来一周的天气总体前晴后雨。气温虽逐渐回暖，但日夜温差依然显著。

据市气象台预报，21日起将开始大回暖，气温直线上升，晴好天气持续。白天最高气温基本到20以上，本周末（22日至23日）甚至达到26左右。需要注意的是，这几天昼夜温差较大，像21日和22日早晨最低气温只有个位数，请大家根据气温变化适时增减衣物。

23日，晴转多云，傍晚到夜里多云转阴，最低气温11左右。24日至25日，以晴到多云天气为主，最高气温



市民踏青赏花

也噌噌往上升，其中25日最高气温可达29，永康人将喜提夏日体验卡。26日后期受冷空气影响，我市有一次降温、大风和降水过程，最高气温25左右，最低气温15。

俗语说，未吃端午粽，寒衣不可送，乍暖还寒的天气最易感冒。这几天出门游玩，千万别忘了做好防风保

暖措施。尽情享受春日阳光的同时，也要照顾好自己。

根据研究，气温的剧烈波动，如寒潮带来的剧烈降温，会降低呼吸道黏膜的局部免疫力，容易引发感冒、流感等呼吸道疾病。

特别提醒大家，白天虽然气温较高，但也不要穿着过于单薄，夜晚则要适当添加衣物，尤其是要保护好头部、颈部和脚部等容易受凉的部位。老年朋友应尽量避免低温时段外出，选择在较为温暖的时段，如9时至10时、15时至16时进行户外活动。另外，昼夜温差超过10，还可能导致血管收缩和扩张的频率增加，引发心血管疾病，高血压患者建议早晚各测一次血压。

融媒记者 吕晓婷 文 卢斌 摄