

青少年暑期阅读调查①

多少家庭阅读环境有待升级：你家的书放对了吗？

编者按

暑期又至，对青少年来说，眼下正是一年中不容错过的读书好时节。

在很多家庭，父母们都十分重视孩子的阅读，在买书上投入了不少财力、物力。在教育界，呼吁让孩子多读书、读好书的声浪由来已久，不少老师更是率先垂范，甘当孩子们阅读的领路人。

如今的中小学生都是不折不扣的“互联网原住民”，如何让这些从小对电子屏幕无比熟悉的“触屏一代”主动亲近书本，有意识地养成阅读习惯？

本报即日起刊系列报道，以期青少年群体构建一个更“悦读”的环境。

本报记者 王星

这是一对年轻爸妈在装修新房时，围绕宝宝房布置而发生的一场争论——

妈妈：“宝宝的房间，游戏区可以小一点，阅读区一定要有。儿童书架、书桌都要配齐，要从小营造阅读的氛围。”

爸爸：“孩子这才几个月大，不如先留点地方让他多玩玩，读书的事等大点再考虑吧。”

阅读对孩子成长的重要性，不言而喻，不少年轻父母从宝宝出生开始，就有引导孩子阅读的意识，可谓用心良苦。但问题是，为何在那么多家庭，父母明明高度重视，但孩子却未能养成爱读书的好习惯？

“很多父母勤于为孩子买书，但根本不知道买回家的书，应该摆放在哪里。”观察不少家庭的亲子阅读现状后，教育学博士、上海市优秀阅读指导员房欲飞给出了这一结论。

很多家长可能还没发现：虽然为孩子买书花费了不少，但论及家庭的阅读环境，真的有待升级。

不管空间大小，请为孩子留出独立的“阅读区”

培养孩子的阅读习惯，该从多大开始？不少家长都曾咨询房欲飞同一个问题，而她的答复是：这个提问，本身就错了。“家庭亲子阅读，没必要太介意时间上的早晚，现在，始终是一个最佳时机。”

“放假第一天，正好家里刚到了一批杂志，桐桐一口气读了六本。”房欲飞在微博上给13岁的女儿桐桐写下第195期阅读记录。从今年元旦开始算，桐桐已读了220多本书。

结合自己的育儿经验，房欲飞说，虽然家里藏书众多，但真正让孩子每天愿意静下心来看书，家庭阅读的硬环境和软环境都有讲究——可惜的是，对这一点，很多年轻的父母都忽视了。

和成人按部就班的阅读不同，孩子的阅读常充斥着“怪异”的行为：他们对阅读的热衷往往是从爱上“玩书”开始的。因此，在家中，就要有意识地营造一个能让孩子激起并保持阅读兴趣



的独立空间。“这个空间不必很大，但要有足够多的书，能让孩子身处其中，不受电视等因素影响。”房欲飞的建议是，在家里开辟独立的阅读区，可以是一间书房，也可以是卧室一角、甚至是通透的封闭阳台。

比书架更重要的是书的摆放：封面请朝外

如今，不少学生家长碰头闲聊，免不了会提及家中的藏书“负担”：书本堆得像小山一样高，可很多书的封面上都蒙了一层灰，孩子看也不看，问题可能出在哪？

事实上，很多家长从孩子很小的时候开始，就买了不少布书、绘本，试图激发孩子的阅读兴趣。

但当孩子已可以熟练地在家中各个角落转场，这时候，家里的书又该如何放？房欲飞的做法是，在女儿经常出没的地方都放上儿童书架。

“书架不用太高，比孩子的头高一点点就可以了，要让孩子伸手就能够到。书架的各个边边角角，最好都要用软角包起来，以免孩子跑来跑去磕伤。”

有的家长可能会发现，随着孩子渐渐长大，小小的阅读区已“圈”不住自家宝贝。当孩子已可以熟练地在家中各个角落转场，这时候，家里的书又该如何放？

“以身作则”陪伴，才能更好激发孩子阅读兴趣

除了家中的“基础设施”要支撑孩子的阅读，在不少学者看来，比一间书房、一张书桌更重要的是，敦促孩子阅读的家长，自己要养成阅读的习惯。

爱看书的80后“奶爸”周浩对此深有体会，每次出差回到上海，周浩都会给女儿带上一本在出差地由他精挑细选的书。周浩的家里，摆有两个书架，大书架在客厅，稍小的放在10岁女儿的卧室里。

当第一个读者。家长一般不会先去翻。”而有些周浩自己要翻看，且认为适合孩子看的书，则会放在大书架的显著位置。

至于另一些家长认为孩子到了一定年龄应该要阅读的书，比如对孩子青春成长发育有帮助的书，周浩的做法是，将书摆放在小书架的显眼位置。

让孩子热爱阅读，相比硬环境上的布置，家庭阅读的软环境支撑更为重要。谈及孩子阅读习惯的培养，也有专业人士给出建议：家庭软环境的营造，很大程度上在于家长能否以身作则。

申城医院迎战今夏第一波就诊高峰

医生建议：老年人烈日减少外出，年轻人别“玩命运动”

本报首席记者 唐闻佳 记者 李晨璇

“都是老年人，抢救室的患者比上个月多了近一半。”在同济大学附属东方医院，急诊内科主任白建文语速飞快，早上10点不到，救护车已拉来多名患者，不大的急诊室内摆满病床，医护人员从缝隙间穿过，步履匆匆。

送走“最长梅雨季”后，申城医院已切入“战高温”模式：热浪滚滚之下，门急诊迎来今夏第一波就诊高峰。

谁说中风冬天才有？夏季更要当心

日前，90多岁高龄的王老伯被送到东方医院时已昏迷不醒，头颅CT显示：大面积脑梗死。“老爷子不舒服好几天了，送到医院已错过了最佳溶栓时间。”白建文说，尽管目前正给予对症支持治疗，但考虑到老伯岁数大，又有其他基础疾病，后续结局并不乐观。

脑梗又称“脑卒中”“脑中风”，一旦错过最佳治疗时机，会引发致残乃至致死等不良结局。以往，大家总认为冬天气温低，血管容易收缩，要当心中风，实际上，夏天也要预防中风。

复旦大学附属肿瘤医院全球首发“最凶险”乳腺癌治疗成果

三阴性乳腺癌缓释率从10%提升至29%

本报记者 李晨璇

分享自身患病历程，来自江苏宜兴的朱阿姨难掩激动之情。从三年前被确诊为三阴性乳腺癌，经历手术、化疗，再到化疗药物出现耐药性，她曾面对无药可医的境地，直至遇见复旦大学附属肿瘤医院乳腺外科团队，治疗才出现了转机。

针对多轮治疗后仍出现进展的三阴性乳腺癌，肿瘤医院乳腺外科主任邵志敏教授团队开出了精准治疗方案：先为患者进行“复旦分型”，再开展精准治疗，成功将治疗后肿瘤缩小的患者比例从不到10%提升至29%。

波动，诱发了老年中风。为此，医生特地提醒老年人注意：夏季高温天，减少外出，不要在温差巨大的地方进出，如一定要外出，注意及时补充水分。

上海已经建立覆盖全市的卒中救治网络，三级医院在列，并向患者开辟“卒中救治绿色通道”，但不少医生谈到，很多患者没来得及在最佳治疗时间内“赶到医院”。卒中属于脑血管病范畴，缺血时间越久，脑细胞坏死就越严重。所以，医学上有卒中“黄金4.5小时”抢救的说法，患者在这个时间窗口内越早获得有效救治，损伤越低。

酷暑“玩命运动”，结果可能真要命

除了脑梗，对夏季心梗的救治，也真正是“时间就是生命”，晚一点点，结局可能是生死之别。前几日，复旦大学附属华东医院心血管科主任曲新凯接诊的一名患者不免让人后怕：80多岁的老奶奶在家胸闷难受了整整48小时，才告知子女，最终送医时，已造成急性广泛前壁心肌梗死。所幸最终经介入手术治疗，目前老奶奶病情稳定，已回家休养。

曲新凯直言，气温过山车让病魔有了可乘之机，六月下旬至七月上旬，心梗患者陡然增多，七月来已收治20多名心肌梗死患者。他也呼吁，家中长辈多关注老年人的身体状况，有不对劲要及时就医，同时避免饮食油腻、骤然骤热，这些都是引发心血管急症的罪魁祸首。

儿科“夏季档”开启，医院提醒可利用在线服务

除了综合医院，申城的儿科医院近期也开启了就诊“夏季档”。复旦大学附属儿科医院的门诊数据显示，出梅这几天日均门诊量达5000人次，与前段时间相比有所上升，发热门诊更是持续“战高温”。

究团队开展了一项名为“FUTURE（未来）”的“伞形”研究。研究纳入69例几乎“无药可医”的三阴性乳腺癌患者，而朱阿姨就是其一。结合分型“标签”对患者分类，研究团队对500多个热点基因进行检测，精准锁定不同分类患者癌细胞的特征，随后予以相应的靶向治疗。

研究结果令人欣喜：约29%的患者明显缩小，远超当前国际前沿治疗方案10%左右的缓释率。通过免疫治疗和联合化疗的方法，免疫调节型三阴性乳腺癌约52.6%的肿瘤出现缩小。在FUTURE研究中，研究团队也不断发现“新大陆”。邵志敏介绍，分类为腔面雌激素受体型的三阴性乳腺癌比预计中的恶性程度更高，进展也更快，且对抗雌激素受体的治疗不敏感。

会儿经受阳光烘烤，一会儿又吹起空调凉风，经历冰火两重天，不少小朋友纷纷中招。”

除内外科，儿科医院的中医科、骨科、内分泌科等专科病种就诊人数均有上升。在内分泌科诊室外，记者见到了不少“小胖墩”。“疫情期吃得好，运动少。”复旦大学附属儿科医院内分泌科主治医师郑章乾直言，看病的小朋友平均胖了五公斤，甚至还有孩子六岁就患了脂肪肝。

目前，儿科医院内分泌科门诊患儿以肥胖、早熟、矮小为主，日均门诊量在500人次左右。郑章乾提醒，幼儿要保持良好的生活作息、注意均衡饮食和适度运动。“小孩子身高体重都有标准，超过体重也要减肥，家长不要不舍得。”

为有效应对暑假就诊高峰，儿科医院门诊已采取一系列措施：调整号源，增派医生；增派一线人员帮助患儿及家属快速完成随申码、测体温等工作。儿科医院门诊急诊管理办公室主任沈国英介绍，从7月份上半月的门诊客流量数据分析，周一至周六患者就诊最集中，每日患者数量均在5000人次左右，周末患者数量较平日减少近一半，建议患者在就诊前做好实名制预约，错峰出行，按时就诊。

目前上海大部分三级医院都推出预约挂号制，以及互联网医院，老病人可在线求医问药，或根据预约时间到院就诊，不必一窝蜂“挤早市”。

火星能重回宜居环境吗？科学家透露一个“大计划” 人造磁场为火星留住大气和水

本报首席记者 许琦敏

有大气、有水痕，火星是否如地球一般曾适合人类居住？随着我国首次火星探测任务“天问一号”探测器成功发射，人们对这颗红色星球的遐想再次升温。在最新一期《科学》杂志，中国科学技术大学地球和空间科学学院执行院长汪毓明透露，已有科学家提出，可以为火星加一个“人造磁层”，帮助留住大气中的氢氧元素，而这相当于留住了水。

何为火星不能像地球一样留住大量的水？不像地球一样拥有自己的磁场，是火星的一大“硬伤”。“地球磁场为地球提供了一个“保护罩”，使得太阳风很难将大气带走，这样水分也不会大量流失。”汪毓明解释说，缺乏内秉磁场保护的火星，每当太阳风来袭，其大气就会被“刮走”，“带走了大气，就等于带走了氢氧元

素，而太阳风暴期间，大气被“刮走”的速率可增加10至100倍。历经数千万年“风吹日晒”，火星就变成了这副赤野千里荒凉尊容了。”

“五年前，就有科学家提出，如果为火星人造一个磁层，或许能逆转历史。”汪毓明说，这个想法有些天马行空，具体方案是在拉格朗日点安置能产生1万~2万高斯强磁场的巨型永磁体。如此强大的磁场目前只能在实验室里瞬时产生，要想让其持续成百上千万年，技术还无法达到。若是由相对小型的磁铁组成一个阵列呢？对于设想中其体积至少要与一颗卫星相当的永磁体装置，或许真能激发科学家的无穷创造力去挑战困难，并加以实现。

“人类走出非洲大草原，走向整个蓝色星球，花了200多万年；人类从发明望远镜到第一次进入太空，花了350年；而人类从太空进入到星际空间，只花了50年。”汪毓明说，或许实现这些看似科幻的“不可能”目标，会比我们预想的更快。

Advertisement for Shanghai Changcheng Auctions Co., Ltd. (上海长城拍卖有限公司) featuring auction details for various properties and services.

Table with 4 columns: Debtor (借款人), Principal (本金), Interest (利息), and Guarantor/Responsible Party (担保人/其他责任主体). It lists financial details for Shanghai Changcheng Asset Management Co., Ltd.