

让“民生温度”更加可感可触可及

南朔



“家事国事天下事，让人民过上幸福生活是头等大事。”二〇二五年到来之际，国家主席习近平发表新年贺词。悠悠民生事，枝叶总关情。一句句朴实亲切的话语，让人倍感温暖、深受鼓舞。

（《人民日报》1月1日）

从脱贫攻坚到全面小康，从乡村振兴到共同富裕……关于“民生”之事，总是千头万绪，也事关千家万户，故而备受关注。从宏观层面来看，党和国家始终高度重视民生工作，一步

一个脚印、一棒接着一棒，不断把人民群众对美好生活的向往变成可感的现实；从微观层面来看，我们在教育、医疗、就业、养老、住房等众多民生领域，都有着非常主动的作为，并取得了积极的成效。

中国式现代化，民生为大。这一点，透过每年的新年贺词，都可以窥见端倪。从2014年至2025年，连续12年的新年贺词，都高度重视民生、关注民生，其中“人民”一词更是被提及95次。江山就是人民，人民就是江山，贺词对千家万户的关注、对民生冷暖的关怀，不仅触动人心，也彰显出责任与担当。党和政府的一切工作，都应该向“让老百姓过上更加

幸福的生活”这一点聚焦。

家事国事天下事，让人民过上幸福生活是头等大事。关注民生，责任重大。从现实的视角来看，对每家每户来说，都希望孩子有好的教育，老人有好的养老服务，年轻人有更多上升与发展的机会……这些愿望，真实朴素，且人同此心、心同此理。于各相关职能部门来说，都应该将理念学习到位、将责任压实到位。这些都是基础工程，只有基础夯实，后续的工作才能更好地开展。

不驰于空想、不骛于虚声，责任与担当，从来都不会停留在语言上，而应落实在具体的行动中。关注民生、重视民生的共识早已达成，如今

需要的，则是各司其职，把大事小事、家事国事都办好，“把人民的期待变成我们的行动，把人民的希望变成生活的现实”。那对各相关职能部门来说，就要以落实贺词精神为己任，以人民诉求为目标，将民生实事做好做实，真正把“人民过上幸福生活”当成头等大事来办，让大家的笑容更多、心里更暖、获得感更足。

河山添锦绣，星光映万家。民生看似小事，实则是事关千家万户的大事，必须从思想与行动上高度重视。只有各相关方尽职尽责，努力做好民生实事，才能让“民生温度”更加可感可触可及，而这，也是贯彻落实贺词精神的题中应有之义。

近日，随着奥运冠军夫妇给孩子打生长激素登上热搜，“打针增高”再次成为大家热议的话题。生长激素在我市临床应用如何？孩子矮小能不能打生长激素？连日来，本报记者进行走访调查。

（《安庆晚报》2024年12月31日）

“激素追高”无异于“拔苗助长”

孙维国

“打针增高”虽然看似快捷，但是有可能走向适得其反的境地。生长激素“追高”无异于“拔苗助长”，其潜藏的风险与隐患不容忽视。

现代社会对身高的过度重视根植于一种扭曲的价值观。在职场上，身高常常被当作一个非正式的“门槛”，在一些领域甚至成为选人用人的隐性标准。在儿童教育方面，身高也往往被视为健康与能力的直观标尺。尤其是在与同龄人的比较中，身高“落后”往往使孩子及其家长感到巨大的心理压力。家长希望通过各种方法，弥补孩子的身高不足，期望能够帮助孩子在竞争激烈的社会中获得更多机会。

过度关注身高的背后，折射的是一种急功近利的心态，忽视了孩子成长的自然节奏与多样化的个体差异。在很多情况下，即使注射生长激素，孩子的生长速度也未必能够满足家长的期待。更为严重的是，过度依赖生长激素可能导致出现一些副作用，如性早熟、脊柱侧弯、关节疼痛等，不仅影响孩子的身体健康，还可能对心理产生负面影响。

生长激素并非适用于所有身高问题。正如一些医学专家所指出的，生长激素的注射需要经过严格的医学评估，只有在确诊存在生长激素缺乏症的情况下，才应考虑使用生长激素治疗。盲目追求“增高”而忽视专业医学评估，可能让孩子在没有必要的情况下承受过

多的风险。

成长是一个多因素共同作用的复杂过程，身高也只是其中的一部分。遗传、营养、运动、睡眠、心理健康等多种因素共同影响着孩子的发育，任何单一的干预措施都无法改变这一自然规律。过度依赖生长激素的做法，实际上是在试图通过外力加速生长，但这往往会与身体的自然发育节奏产生冲突，导致不可预测的后果。

在这个过程中，家长往往忽视了身高问题的复杂性。许多在早期身高较矮的孩子，可能在进入青春期后，随着体内激素水平的变化，会经历一次快速的生长过程。因此，家长不应急于用激素等手段干预孩子的身高，等待孩子自然生长的过程，往往能够获得更好的结果。

家长对于孩子身高问题的焦虑，往往来自于外界的压力和对“理想身高”不切实际的期待。这种焦虑本身就源自一种不理性、不科学的观念。身高的增长并非一蹴而就，个体差异、遗传等多方面因素共同作用，决定了孩子的身高发育。通过饮食、运动等科学的方式来促进孩子的成长，远比依赖药物干预更加自然、健康。家长应当以更加理性和科学的态度看待孩子的身高问题，采取综合性的干预措施，顺应孩子自然成长，而不是一味追求“增高捷径”。过度焦虑和急功近利的做法，是一种“拔苗助长”，反而会影响到孩子的心理健康，甚至导致他们对成长失去信心。



图片来源于网络。

别让盲目追高毁了孩子的健康

艾才国

孩子身高成家长的“心病”，有家长为孩子患上“身高焦虑”，甚至采取打“生长激素”为孩子增高，有的“一天一针，每月花费数千元”……记者的走访调查不禁让人心存担忧：别让盲目追高毁了孩子的健康！

社会竞争激烈，身高几乎已成为个人的“核心竞争力”。为此，家长为孩子“身高担忧”本可以理解，如果孩子确实是因为自身分泌的生长激素不足，被诊断为生长激素缺乏症，在医生的指导下，可以通过打生长激素来增高，但仅仅希望自己的孩子能够“高人一头”，就给孩子滥打生长激素增高，那样既危险又无效。医学专家忠告，注射生长激素存在副作用，会导致颅内压增高、肝功能轻度异常、血糖波动等，作为一种处方药，生长激素有着严格的适用范围，如果使用不当，有可能对孩子造成长久的、不可逆的伤害。此外，“一天一针，每月花费数千元”的高消费，也会让家长承受不必要的经济与

心理压力。

其实，有助于孩子发育、增高的科学方法有许多种，不必滥打生长激素来增高。游泳、篮球、跑步、跳绳等运动项目，不管是对潜在“矮小症”还是正常孩子，都是发育、增高的基本功课。此外，给孩子合理膳食，保证他们优良的睡眠质量，都有助于孩子的发育成长。

值得提醒的是，现实生活中大多数人都是普通人，只要孩子身心健康，快乐地生活，并认真学习、踏实做人，长大后一样可以展示个人的智慧和才华，每一名家长又何必为孩子个头非要比别人高而徒增烦恼。

