

“打针增高”不是一件容易的事

近日,随着拳击奥运冠军邹市明夫妇给今年11岁、身高136.6厘米的二儿子打生长激素的消息传出,“打针增高”再次成为网友热议的话题。其实“打针增高”早已不是新鲜事,一年前,成都市民郭先生下定决心给孩子注射生长激素,现在孩子确实长高了几厘米,这让郭先生和家人觉得“罪没白受”“钱花得值”。

像郭先生一样,一些家长因为担心孩子长不高而时常焦虑,于是通过网络查询、口口相传,最终选择“打针增高”。生长激素到底该不该用?是否存在副作用?

矮小原因很多 孩子的身高成为家长“心病”

“我家孩子比较矮小,有没有可能增高啊?”家长李女士说,她家“二宝”小悦今年已满8岁,与同龄人相比显得有些矮小,她担心孩子今后长不高。李女士的焦虑是有“依据”的:她特地上网查了国家卫健委发布的《7岁~18岁儿童青少年身高发育等级评价》,并给娃娃做了测量比对,“小悦身高120厘米,按表格一测算,就是同年龄段女孩子中偏矮的。我看了很多帖子,更着急了,所以去医院挂了号,找医生询问解决的方法。”

“医生跟我说,目前可以先观察,孩子生长速度慢,需要考虑的因素很多。”李女士说,医生强调现阶段小悦的身高偏矮小原因很多:可能是营养不良,比如生活中挑食;或者存在慢性疾病、内分泌系统疾病等。当然也可能是因为父母本身遗传的原因导致身高偏低,这种情况到一定年龄段可以考虑用医学干预的办法处理。

每天一针一个月要6000元 想长高须有一定的财力支撑

记者通过医生和朋友,打听到一些已经打针或正在打针疗程的孩子。总体来看,家长对于自家孩子“打针增高”还是多有隐晦,并不像邹市明妻子冉莹颖那样公开透露。在表示匿名后,郭先生介绍了自家孩子打针的情况。

郭先生有两个女儿,大宝今年11岁,在班级里和同龄段的同学比,他发现自家孩子身高明显矮小。医生告诉他,现在这个有科技的支撑,如果需要给孩子增高,可以尝使用生长激素,但打针次数有点多,费用也不低。

刚开始,郭先生和家人还一度犹豫。但后来打听到,孩子班里就有几名女同学已经在打生长激素了,这让他下定了决心,再次来到医院,给大宝购买了生长激素,并根据医嘱开始按时打针和检查。

“每天打一针,然后隔一个多月去医院检查一下。”郭先生说,在打生长激素之前,还进行了详细的身体情况检查,包括体格检测、血液检查、测骨龄等,然后再判断适不适合打生长激素。评估后打针,注射周期是一年,这对孩子来说有点遭罪。更重要的是,费用不低,一个月大概要6000元,一年花费接近8万元。

郭先生和家人咬牙出了这笔钱,坚持给孩子打完了整个疗程。花了这笔钱后,郭先生称看到了效果,“前不久量了一下,大概长了有八九厘米。”

对于注射生长激素之后是否存在副作用以及其他影响,郭先生说,目前他们没有发现小孩有什么不适症状,“好像打了针,人长胖了些,除此之外没有发现其他副作用。”

“救星”还是“克星”? 有报道称孩子打针后经常感冒

记者查询近年来有关生长激素的报道发现,家长的焦虑,是生长激素被启用甚至“热捧追逐”的重要原因之一。

小悦的家长李女士讲述了自己的经历。她说,她知道身边有朋友在给小孩打“增高针”,还在小圈子里分享效果,“家长心头焦,就是不想让娃娃身高输在起跑线。别人都在想办法,你不想办法,感觉就对不起孩子。”

因为担心孩子的身高会影响未来的生活和发展,很多家长就希望通过医学干预的办法让孩子把个子调高,但他们又担心打生长激素会带来副作用。

曾有媒体报道,深圳一6岁小孩身高109厘米,家长焦虑得整宿睡不着,于是带孩子注射生长激素。一年后,孩子身高从109厘米长至120厘米,一年内长高了11厘米,而没打激素前一年只长高五六厘米。可副作用也随之而来,孩子经常出现感冒、发烧等症状,却找不到病因。此外,每次上完体育课后,孩子总感觉肌肉酸痛,早晚还会出现不明原因的头晕症状。生长激素停用一段时间后,孩子身体才逐渐恢复正常。

专家解读

家长对生长激素有偏见

“生长激素只在符合适应症的情况下才会被使用。”成都大学临床医学院附属医院儿科副主任医师董文渊在接受记者采访时指出,生长激素是激素的一种,在专业医生的指导下使用是安全的。

所谓“符合适应症”,包括生长激素缺乏症、染色体异常、特大自然征、SHOX基因缺陷、努南综合征、小胖威利综合征以及特发性矮小症(ISS)等。但在实际的生长发育门诊中,董文渊遇到不少家长对激素存在误解和恐惧。“以前人们提及的激素多指糖皮质激素,它与生长激素有本质区别。糖皮质激素危害较大,可能引发水盐代谢紊乱等副作用,但生长激素是一种肽类激素,其结构与人体内生长激素几乎一致,可通过分泌生长因子促进软骨增长。”董文渊说,所有药物都可能有不良反应,生长激素也可能有。如果孩子符合生长激素的适应症,医生会明确告知家长可能出现的不不良反应,比如可能出现亚临床甲状腺功能减退、高胰岛素血症、骨密度下降等情况。“每个患儿使用后的获益是不一样的,但总体而言,越早治疗效果越好,一旦骨骼接近闭合,治疗效果将大打折扣。”她说。

身高70%靠遗传30%靠后天

根据《柳叶刀》最新研究显示,近35年来,中国人的身高越来越高,19岁中国男性的平均身高为175.7厘米,中国女性的平均身高为163.5厘米。

如何达到理想身高?董文渊指出,70%靠遗传,30%靠后天,而后天因素是指运动、营养、睡眠,以及适时补充钙和维生素D,或在特定适应症下使用生长激素。

她表示,儿童身高不足可能由多种原因引起,“有的小朋友是因为维生素D不足导致钙吸收不良,引起个子长不高,有的是因为营养不良,平常挑食偏食等,还有的是因为入睡很晚,影响生长激素分泌,以及其他很多原因。所以,不是说孩子个子矮就打针,而是要根据孩子的病史、检查结果,再进一步看怎么选择一个治疗方案。”

本报综合消息

飞机餐总是众口难调,有些旅客在乘坐飞机时放弃食用飞机餐。空乘人员没派发出去的飞机餐怎么处理?能再次回收利用吗?

没派发完的飞机餐去哪了?



生产 飞机餐出锅后先“冷处理”再装盒

北京大兴国际机场航空食品有限公司(简称“大兴航食”)紧邻大兴机场,为国航、河北航、厦航、首都航等国内航司,以及卡塔尔航空、俄罗斯航空、阿提哈德航空、新加坡航空等多家外国航司提供配餐服务,高峰日配餐量达到1.8万~1.9万份。

记者在现场看到,大兴航食的生产区域根据不同工序分成综合拼摆厨房、热拼摆厨房、中餐厨房、西餐厨房、烘焙厨房、冷荤厨房、原材料加工厨房。

在中餐厨房和西餐厨房,厨师们在这里主攻煎、烤、烹、炸,厨房里热气腾腾。炉灶上,多口铁锅一字排开,火苗呼呼作响,厨师们抄起大勺勺,锅里的蔬菜、肉等食材裹上调料上下翻飞,不一会儿,一道道香喷喷的菜肴就出锅了。此外,厨房里还有多台电动炒锅,厨师对电动炒锅进行程序设定,将食材、调料一放入,开动设备开关,经过翻炒后,一份份新鲜美味的航空餐食便做好了。

大兴航食副总经理蔡雨告诉记者:“大兴航食制作的餐食大都是现场烹饪,但为保证餐食更加安全,飞机餐的配送过程保证是冷链运输,所以刚出锅的菜肴必须进行‘打冷’操作,使其迅速降温。空乘人员在为乘客配餐前会二次加热,所以大家看到的飞机餐看上去和刚炒制出来的略有差异。”

与中、西餐厨房的烹饪场景不同,烘焙厨房显得安静了许多。走进厨房,迎面而来的是满屋的麦香和奶香味,飞机餐食盒中的小面包、纸杯蛋糕、牛角面包等均出自这里。

综合拼摆厨房将烹饪好的面条热食、米饭套餐,以及面包、酸奶、各种休闲小食品等集中组合到一起,最终完成一份成品餐食的拼摆,这也是飞机餐制作的最后一道工序。完成拼摆后的餐食将等待装车、上机。

配送 机场停机坪专设冷柜保存备用餐食

飞机餐送上航班数量是否

精准,对于杜绝航食浪费至关重要。记者了解到,每条航线、每个航班的餐食配送数量并非一成不变,而是根据航班值机人数的变化动态调整的。

以大兴航食的配餐工作为例,在大兴航食的调度室,有一个工作席位专门负责监控航班离港订座系统,这套系统可同步显示当前航班实时的订票和值机旅客人数,航食工作人员可实时获取该航班的客座情况以及特殊餐食的订购需求,从而进行相应配餐。

蔡雨介绍,每个航班最晚一次查询系统的时间为值机柜台截柜时间,即航班起飞前60分钟左右,工作人员会根据航班最终的截柜人数确认飞机餐的配送数量。

尽管做了充足的准备,但突发情况也会发生,比如两个航班的旅客合并或者一个航班的旅客突然减少,从而带来航班上既定旅客人数的变化。“针对这种情况,我们有专门负责加餐减餐的工作人员,我们还在停机坪设置了一个冷库,用以保存备用飞机餐。一旦发生上述情况,工作人员会根据航班的实际情况进行餐食数量的调整。”

回收

有航司已经开展杜绝餐食浪费新尝试

飞机餐难免遇到派发不完的情况,没派发的餐食能回收吗?

蔡雨解释,按照相关规定,没派发出去的飞机餐不进行回收再利用,即使这份餐食无人食用。“从管理上来看,无法完全识别每个包装食品的完整性,因此会进行绿色无害化处理。”

记者了解到,飞机飞行过程中产生的厨余垃圾由配餐公司清理回收。机组将航空餐食垃圾放入配餐车,航班到达后,配餐公司航机人员登机回收配餐车并带回配餐公司,配餐公司进行分拣后由当地环境卫生服务中心回收处理,进入厨余垃圾粉碎、脱水、分离、发酵、堆肥等再生资源利用环节。

值得关注的是,针对未派发、未开封且在保质期内的飞机餐,部分航司已经开展了新的尝试。民航资源网专家韩涛介绍,

为减少飞机餐的浪费,中国香港地区的国泰航空与相关机构合作,将这部分餐食赠予有需要的人士。

记者在国泰航空官方网站上查询到,国泰航空餐饮服务(香港)有限公司(CPCS)有关负责人介绍,餐车刚从抵达香港的班机卸下,就会立刻运回CPCS的厂房。相关机构有工作人员驻守厂房,他们会在那里收取所有密封的盒装饮品和谷类食物,最后将食物赠予有需要的人士。

此外,包括南航在内的部分航司推出创新举措,用餐食“换”里程或积分。也就是说,旅客在购票后有可能收到航司的短信,询问是否需要餐食,如果不需要,则可以获赠一定里程积分。还有不少航空公司开启差异化运价,传统的运价体系为“无论旅客是否需要,机票中均包含行李托运、餐食等一系列服务”,差异化运价意味着,旅客可以按照需求选择包含或不包含附加服务及相关使用限制的产品组合。

理念

中国航协倡议乘客共同制止餐食浪费

近年来,航空公司精细化管理程度日益提高,在餐食成本控制方面更加严格。韩涛举例说,以三大航的公司年报为例,2023年国航餐食费用约为30亿元,占总经营成本的2.24%;东航2023年餐食费用约29.9亿元,占总经营成本的2.66%;南航约为25亿元,占总营业成本的1.74%。

2019年,国航的餐食费用约为40.26亿元,占总营业成本的3.56%;东航的餐食费用约为36.67亿元,占总营业成本的3.42%;南航的餐食费用约为39.75亿元,占总营业成本的2.93%。

此外,中国航空运输协会曾于2020年发布“杜绝航空餐食浪费的倡议书”,向会员单位和广大旅客提出厉行节约、反对浪费的倡议。中国航协同时呼吁广大旅客共同参与到制止航空餐食浪费的行动中,珍惜每一份航空餐食,自觉维护节俭用餐的良好风气。

揭秘

飞机餐里为何常见胡萝卜和芹菜?

鸡肉饭、牛肉面、酱爆鸡丁饭、鱼肉饭……尽管经济舱的餐食品种较为丰富,但是众口难调,也有部分旅客放弃飞机餐。此外,旅客们还发现,不管主食是米饭还是面条,胡萝卜、芹菜都经常会成为主要配菜,这是为什么?

“我们尝试过把不同的绿叶菜制作成飞机餐,但蔬菜经过‘打冷’降温及二次加热,绿叶菜中的天然色素会发生变化,使蔬菜的颜色变暗。考虑到飞机餐需要兼顾色、香、味,所以比较耐加热的胡萝卜和芹菜成为提亮菜品整体色彩的主要配菜。”大兴航食副总经理蔡雨解释道。

本报综合消息