

这种“网红花”千万别碰

夏季,多地夹竹桃迎来盛花期,淡雅繁茂的花朵吸引了不少市民驻足观赏、拍照。这片看似温柔的花海,实则暗藏危险的“美丽陷阱”,需要大家格外警惕。

夹竹桃全株带毒

近日,福建泉州一名女子嘴含夹竹桃花拍照后出现过敏症状,此事引发广泛关注。该女子拍照时嘴唇接触了夹竹桃花,第三天身体便出现不适,手臂、手肘内侧和背部冒出小水疱,全身瘙痒难忍。

夹竹桃又名笔桃、白夹桃,是一种广泛种植的观赏花卉,常见花色有白色、粉红色等。它花姿优美、叶片四季

常青,观赏性极强,却是典型的全株有毒植物,茎干、叶片、花粉、种子均含有毒性。其核心有毒成分为强心苷类化合物,其中夹竹桃苷含量最高,对人和动物都有极强的毒性。

如果皮肤不慎接触夹竹桃汁液,极易引发过敏,出现皮肤刺痛、红疹等症状。一旦误食,后果更加严重:轻则恶心呕吐、腹泻、浑身乏力,重则损伤心

脏,甚至危及生命。皮肤沾到汁液后,要立刻用大量清水持续冲洗患处不少于15分钟;若发生误食,务必马上送医救治,转运途中结合患者状态妥善处置,切勿盲目施救。

除此之外,民间流传的“夹竹桃叶子泡茶治牙疼”“泡酒可缓解风湿”等说法,都是毫无科学依据的谣言,大家切勿轻信、盲目尝试,以免损伤身体健康。

夹竹桃能改善环境

不少人感到疑惑:既然夹竹桃有毒,那为什么还会被大规模种植?其实,夹竹桃的优势十分明显。它生命力顽强,对土壤、生长环境要求极低,容易成活、养护简单,是园林绿化的优

选品种。

更重要的是,夹竹桃可以抵御烟尘、粉尘与有害污染物,净化空气、改善城市环境。它的叶片能够高效吸收汽车尾气里的二氧化硫等有害气体,因此被称作

城市“环保卫士”。

夹竹桃虽有毒,但正常远距离观赏、路过花丛,不会引发中毒。大家无需过度恐慌,赏花时牢记:只远观、不触碰、不采摘,就能安心欣赏美景。

这些常见植物也有毒

除了夹竹桃,生活中很多随处可见的观赏植物也带有毒性,日常接触一定要多加留心。

滴水观音,又名海芋,叶片宽大,观赏性极佳,但其汁液和块茎中含有草酸钙结晶与生物碱,皮肤碰到

汁液会出现红肿、发痒等症状,需立刻用清水冲洗并冷敷,情况严重时要及时就医。

金钱树是常见的室内绿植,但其汁液中含有刺激性物质。皮肤接触易引发过敏等症状,若汁液不慎溅入眼睛,还可能诱发结膜炎。

苏铁,俗称铁树。它的茎干、叶片含有微量毒素,红黄色的果实含有

有毒的苏铁苷,误食会引发呕吐、腹痛、腹泻等不适症状。日常修剪铁树产生的残枝落叶需妥善处理,切勿随意丢弃。

在此提醒大家:各类观赏性花木虽能装点生活、美化环境,但不少品种暗藏毒性,存在安全隐患。大家切勿随意攀折、采摘、触碰,坚持安全赏花、文明观景,守护好自身健康。

据央视新闻



滴水观音



金钱树



苏铁

临近开学,家长如何缓解焦虑?

家长咨询:

快开学了,不少家长的焦虑情绪与日俱增。孩子沉迷手机令人忧心,作业进度滞后让人发愁……种种现实问题,让不少家长陷入焦虑的困境。

解答:

其实,家长的焦虑根源未必来自孩子,往往源于对局面失控的恐惧、无意义的相互攀比,以及“做完美父母”带来的自我绑架。家长不妨先平复自身情绪,再从从容接纳孩子的成长。

假期是家长焦虑的“放大器”

家长的内心常有这样的念头:“孩子暑假作业还没写完,开学怎么办?”“孩子天天看手机,视力会不会下降……”这些想法,都是滋生焦虑的种子。

心理学上有一个概念叫“认知负荷”:当一个人同时处理的任务超出大脑的承载能力时,就会出现注意力涣散、情绪烦躁、决策能力下降等问题。

暑假期间,不少家长处于“认知负荷”超载状态:职场压力丝毫未减,家务负担大幅增加,还要额外承担“暑假规划师”“作业监督员”“情绪调解员”等多重角色,所以感到焦虑、烦躁,甚至情绪失控,这些都是高压环境之下的正常反应。

焦虑的根源在家长的内心

很多家长将焦虑的原因归结为“孩

子不听话”,但真相是:焦虑的根源在家长的内心。

第一,对“失控”的恐惧。孩子的成长本就充满不确定性,而假期,正是不确定性最集中的时期。脱离了学校的规律作息,孩子的日常状态全凭自我调节,这种状态让很多家长心生不安。

第二,攀比心理在作祟。在社交媒体平台,可以看见别人的“完美暑假”:参观博物馆、参加实践活动……但是,这完美画面的背后,或许是同样焦虑的家长。

第三,“完美父母”的自我绑架。很多家长想做“完美父母”:应该把孩子的暑假规划得充实圆满,应该更有耐心……可正是这些“应该”,成了焦虑的源头。

从“焦虑模式”切换到“关怀模式”

在家庭中,家长的情绪会传递给

孩子。家长越焦虑,亲子关系越疏离。

家长可以每天留出15分钟专属时间,不必服务任何人:关上房门深呼吸、在阳台静静发呆、完整听完一首歌。孩子真正需要的,是一个情绪稳定、温柔包容的家长,做一位“60分”的家长刚刚好。

据《人民教育》



“育”见更好的教育方法,赋能更有质量的成长。本栏目围绕家庭教育、亲子关系、心理发展、习惯养成等方面答疑解惑,提供科学指导。联系邮箱:yjcz0535@163.com。

