

送報到山巔
報紙，是我最愛的課外讀物！

一天10塊錢送愛到偏鄉

<http://donate.mdnkids.com/>
衛部執字第1061364215號

今日特價 10元



國語日報

胡適

PM2.5年均值 屏東最高
與前一年相比 不減反增 2版

用虛擬帳號罵人 有刑責
等同人辱罵人 涉公然侮辱罪 4版

學校文化體驗課 三合一
學生一次體驗越南、原民、客家特色 16版

財團法人國語日報社發行
代理董事長兼社長/蔣竹君

社址/10078臺北市中正區福州街2號
網址<http://www.mdnkids.com>

訂報 (02)2341-2448
總機 (02)2392-1133

小時候胖不是胖？醫師：恐胖到成年

小胖子生長板可能提早癒合 甚至罹患心血管疾病、糖尿病

阮筱琪／臺北報導

傳統觀念中，總認為

兒童「小時候胖不是胖

」，或「長肉沒關係，

以後會抽高」。國內醫

師昨天引用美國研究指

出，肥胖問題「五歲定

終身」，如果在兒時未

控制體重，很容易繼續

胖到成年，未來死於冠

狀動脈疾病的風險，是

正常體重族群的五倍，

且更容易罹患糖尿病。

書田診所小兒科主治

醫師戴季珊表示，臺灣

飲食西化，目前學齡兒

童肥胖比率達三成，高

居亞洲第一；除先天遺

傳外，後天飲食習慣，

例如多外食、吃油炸食

物、喝含糖飲料、蔬果

攝取不足，以及3C過

度使用導致運動不足，

都是肥胖因素。

戴季珊說，門診中，

高達八成父母和長輩有

「小時候胖不是胖」的

迷思。她曾收治一名十

二歲男童，家長原本擔

斤，腰圍八十一公分，

BMI值達肥胖，後頸

和腋下都有黑黑的色素

沉澱，家長以為是洗澡

沒洗乾淨，但其實是和

糖尿病相關的「黑色棘

皮症」，男童甚至還有

中度脂肪肝；問診後發

現，男童嗜吃甜食、含

糖飲料、炸物等高熱量

食物。

戴季珊說，青少年肥

胖問題早在五歲以前就

有決定性的影響，包括

年紀、雙親肥胖及肥胖

嚴重度等，都是兒童肥

胖是否延續到成人期的

因素；小胖子不僅生長

板可能提早癒合，心血

管、腦血管、糖尿病等

併發症恐提早發生。

戴季珊呼籲，3C世

代的兒童運動量偏少，

每天最好運動一小時以

上，看電視和3C產品

每天少於兩小時；家長

多在家烹調食物；早餐

一定要吃，避免含糖飲

各地籌備燈節

小提燈紛亮相

阮筱琪、陳中興、莊舒仲、陳景清／連線報導

為了迎接新年，各地燈節正緊鑼

密鼓展開籌備，小提燈也陸續亮相

。臺北市副市長陳景峻昨天視察「

二〇一八臺北燈節」各類創意花燈

製作情況。臺北市華山站貨場是「

特色花燈」的製作站，由藝術家利

用木材、金屬及布料等回收材質，

以「環保」為主軸進行創作。

桃園市「桃喜狗」小提燈也首度

亮相，造型是以機場檢疫犬「米格

魯」的外形進行設計。

屏東縣小提燈以柴犬、牛頭梗及

米克斯等六隻小狗吃團圓飯的圖案

，象徵「六六旺福」的吉祥意義，

組合後就像一盞立體小天燈。

「二〇一八高雄燈會藝術節」，

預定二月十八日到三月三日，在高雄

市愛河畔舉行。



①屏東縣小提燈走復古文青風。
圖片提供／屏東縣政府

②桃園市政府推出的「桃喜狗」小提燈，以檢疫犬「米格魯」為造型。
攝影／陳中興

③藝術家將奶粉罐打洞，製作成燈串，在臺北燈節展出。
攝影／阮筱琪