**20240929读书会-孩子不长个，是不是因为肚子大、肚子有结的原因**

**师：今天话题很简单，讲一下小儿发育问题，小儿发育问题是否由大肚子引起，大肚子在小儿发育当中的不良作用。我大致查了一些资料，首先说一下，关于孩子生长发育的问题，现在很多家长特别关心，现在有两个极端，一个孩子生长发育过快，孩子身高普遍超过家长很多。**

**比如家长是一米七，孩子能长到一米八、一米九去，而且现在普遍，尤其北方孩子这个身高发育过快、过猛，尤其是山东、东北的。好像山东青年男性的平均身高都一米八以上，好些孩子都是一米八五、一米九，非常普遍。**

**另一个是现象是孩子发育迟缓，走两个极端，一个过于高大，一个过于矮小，很多家长都非常焦虑，很多家长就给孩子打生长针，好像蔚然成风，尤其是南方那边，很多家长都有孩子身高焦虑问题，生怕孩子不长，但是确实有些孩子不长。**

**那么打生长针，我感觉有些地区成为普遍现象，你不打好像你不正常，就像孩子学习不能输在起跑线，身高也不能输在起跑线上，女孩到十二三四，男孩到十四五六，一看身高发育迟缓，甚至不迟缓，他都去盲目跟风去打生长针。**

**我大致查了一下，一年花费多少钱？打一针八百，一千，三千，三个档次，打生长针分粉针剂、水针剂和长效剂，价钱一般是八百，一千，三千，有的是每天打，有的是周打，有的是月打，一年的花费最普通的三到五万，一般的要花费五到八万，好的十万以上。而且一旦打，大夫就会告诉你坚持打，不能中途停顿，以免出现严重后果，内分泌紊乱等等，一般都是打一年到两年，这个只是我稍微**

**查的一些资料。**

**什么是生长针呢？就是打生长激素，他们认为这个生长主要决定于生长激素的分泌，就脑垂体分泌生长激素，正常分泌孩子才会生长，促进骨骼发育，那么生长激素异常分泌，分泌过少，骨骼它就缓慢生长或者停止生长。**

**但是他们不知道原因，目前来说这个原因未明，为什么孩子生长激素异常，分泌过少。他们几乎所有的不适的因，都是找不到原因，这个东西也找不到原因，那么找不到原因，怎么办，少就补充，他们的脑回路很简单，少就补充，打生长激素，那么这个带来很大很大的副作用，你们知道有啥副作用吗？我看了规范性的，矮小症才打，确定是矮小症才打。如果不是矮小症都不建议打。**

（怎么确定是矮小症？）

**师：我们其实大多数人都不是矮小症，很矮很矮，发育异常才会建议去打这个针，而且有年龄限制，骨骺线它要停止生长，你再打就没用了，而且是遗传性的，你爹妈矮，你也矮，打这针也没用。在关键期发育之前去打是有用的，但是有一个非常不良的后果，促进骨骼快速成熟和加速它停止生长。**

**打生长针不是为了长得更高吗？怎么还停止生长了呢？你整个的发育期缩短，速度加快，迅速让骨骼成长。你们想到了什么？想到了肉鸡，实际打生长激素，那东西就是给鸡打的，几乎所有我们吃的东西打含激素了，都打膨大剂、生长素。**

**按理说有三年骨骼生长期，一年就长完了，加速骨骼成熟和加速它停止生长，你想想可怕不可怕，这是第一。**

**第二容易引起内分泌紊乱，肥胖症，糖尿病和肾病各种副作用，打激素都是这一类的，而且容易出现甲减，这个都写的很清楚，一系列副作用。他们说的也很明确，矮小症迫不得已再打，其他的都不建议打，副作用太大，影响孩子终身的身体状况，尤其发育期间，它这个生长，它首先要具备条件，孩子生长，小苗往上拔，水、阳光、空气、土壤都适合了，那小苗自然往上拔，你缺一个它都不拔。那小苗不拔的时候，你给它打生长素，你说有用吗？它缺水了，你给它打生长素有用吗？只没有阳光，到黑暗的环境，给打生长素，能有作用吗？万事不具备的时候你去推动这个事情，不打无准备之战，导致的结果一定是严重的。**

**为什么我们现在很多孩子会猝死，会突然骨折，很多时候就是打的，打完了之后骨骼是快速生长了，但是骨功能呢？严重下降，身理素质囔了、空了，像肉鸡一样，那只肉鸡的抗病能力怎么样？**

**免疫力低下，肉鸡扔在自然环境中很快就死掉了，那些肉鸡只能天天的打抗生素它才能活，不打，一扔到自然环境中很快就死掉了。我养过鸡，三百只鸡基本全死光了，风吹雨淋一下就全报销了。**

**我们的孩子要生活在濡养的状态，学校培训机构，托管中心，楼房，几乎都处在濡养的状态。在打生长激素，我们的孩子跟肉鸡有什么区别？没有区别啦，没有抗病能力，没有在自然户外生存的能力，骨骼退化。**

**现在得糖尿病的小孩太多了，原先都是四五十岁，现在这个病低龄化，那这一切都是什么原因呢？都是我们育儿思想出了问题，那些不良商家又推动这个事情向前发展，为什么推动？暴利呀，八百一针，疯了啊，一天一打，是不是疯了，有的一天一打，一周一打，便宜的有一百到四百的，一年你不掏个五万八万的，你都过不去坎儿，他会告诉你，孩子关键生长期就得一年两年，你来决定，你想让孩子变成一个悲惨的矮子，还是长得高高大大，爹妈哪受得了这个呀，打。而且他告一旦打就不能停，一旦打就不能停，不能擅自停打，这更坏了。**

**我感觉这个形成产业三大产业啊，我感觉三大恶人产业，其实很多很多，我就举三个，一个是打生长针，一个是拔牙，一个是狂犬病疫苗，太多了，不胜枚举，但是咱们今天只是讲这个东西，孩子生长关系到每一个家庭的希望，我感觉爹妈都有焦虑症。**

**那么从他们角度来说，几大原因，六大原因，我简单给大家说一下，最后说到大肚子的事，遗传，你矮，你的下一代就矮，这没啥可说的，遗传因素，只能一代一代的慢慢改善，你爹妈都一米五，你想长到一米七，一米八现实吗？不现实，我觉得人高矮胖瘦都是天定，要讲究多样性，没有必要追求一定很高很大，有人说天塌下来由高个儿顶着，还有说寿命跟身高成反比，你身高又高，他蹦血的劲儿越大，你会发现特别高的长到一米九以上的，这个叫朝圣的比例，寿命长寿的比例要小很多，小巧精悍，他活的要更长一些，这是对的呀。**

**肉鸡跟小菜鸡能比吗？所以说我们家长不要一味的追求又高又大又壮，很容易轰然就倒下。你在合理的自然的前提下，你长高长壮是好的。如果你是盲目的非自然的打药的长高长大，我感觉你都是害了孩子，你都是害了孩子。大就好吗？我们果园的苹果这么点儿，特别好吃，特别有滋有味，那一个苹果能吃半天。但是我们打膨大剂的大苹果，这么大，好吃吗？有苹果味儿吗？它没有苹果味儿。现在人也变得没有人味儿，都是铜臭味，还有狐臭、口臭，大便粘腻，一堆臭。**

**第二个就是营养不足，他讲的营养不足里面主要是促进骨骼生长的，氮、钙、维生素d，他只是从这方面来强调，还有小孩挑食、厌食、偏食导致营养的不均衡。那么我觉得这个说的还是可以的。但是现在大多数，我感觉家庭环境还是可以的，这里面有很多小孩他不吃，不爱吃，肠胃出了问题了，营养摄入不足或者严重不均衡导致营养不良，我觉得还是很多。**

**虽然看着食物很充足，吃到嘴能不能消化吸收利用？有的小孩长得像瘦猴一样，一问挑食厌食不吃，消化不良，拉羊屎蛋，这些小孩发育都迟缓。就跟肠胃一样，下边得讲肠胃，还没讲肠胃这疾病，很多小孩得疾病了，就消化道疾病，胃病，古人讲的就是肝肌，小儿肝肌，小孩的病一是着凉，一是肝饥，一是惊吓，三大病。**

**外感着凉引起呼吸道疾病。第二个就是消化，小孩肚胀、厌食，肝饥，有一个肥而丸就是治疗小儿肝饥。第三个就是小孩受到惊吓，这个以后咱们说。**

**第三他们强调睡眠的问题。我感觉小孩儿很可怜，他们建议小学生是十个小时，成人是八个小时，小学生是十个小时，中学生是九个小时，有多少个家庭做到了，八点睡觉，早晨六点起来，你们小学阶段谁做到了，你七点起来，你就九点睡觉，有做到的吗？我记得我们家小孩上两年级、三年级的时候都十点、十一点睡觉，小学居然是要十个小时，中学是九个小时。我感觉小孩睡眠严重不足这个问题很严重。**

**第四点又说了你为什么要睡？因为到了晚上，小孩才长得快。你会发现瓜果梨桃都是晚上长得快，白天不长。所以说要保持充足的睡眠，不要中午睡，不要中午睡，中午睡他能长个屁呀，你给发个梨桃子，中午让他睡会儿，它能长吗？正是阳气最旺的时候，晚上睡眠，不是白天睡眠。**

**第四就是最重要的，运动太少，他们认为运动可以促进骨头**

**生长，增强体质，快速发育。咱们老祖宗说了孩子见风就长，见太阳就串，见风就长。一定要加强户外运动，不要关在笼子里，你跑跑颠颠孩子就长起来了。你看很多的美国电影，小孩一跑快镜头孩子一下就十八岁了，狮子王好多都是。**

**一定要把孩子放出去，孩子长得才快。你天天憋在家里吃，孩子不爱吃，睡也睡不着，为什么？缺乏运动。前两天教育部副部长说了，学校要保证孩子每天有两个小时以上的户外活动，要多见阳光，要奔跑起来，要在户外畅快的呼吸和在阳光下奔跑。最后说两句话要身上有汗，眼里有光，你这说的好不好？身上有汗，眼里有光，我要说没人听，教育部副部长说的。在学校，不是说每天，你要在学校就要保证两个小时户外活动时间，你看现在咱哪还有光了，哪有快乐儿童，那眼睛一个个豆芽菜似的，身上汗冷冰冰的，手脚冰凉。你说这样的孩子还能长起来，你这打生长那玩意儿，有用吗？统统把孩子毁了。身上有汗，眼里有光，说出了无数家长的心声。**

**第二个说一下孩子大肚子的问题，大肚子很普遍。其实孩子小时候稍微有点肚子很正常。因为两个原因，一、小孩子在腹式呼吸，他还没有完全去展开，孩子还没有完全展开，他就会大肚子，而且是天然的腹式呼吸。**

**第二个，它整个的肚子的肉，弹性不具备那么大力量，我就不说那些名词了，他都是比较比较弱，所以五脏一撑，肚子就大了，这叫生理性的，就天然的孩子会肚子稍微大一点，但持续的大，随着年龄生长，它还那么大，而且更鼓，敲的嘣嘣声，那么这孩子有问题，而且大便异常，不爱吃东西，你还会发现他没精神，发现迟缓，上身严重没劲儿，肩膀挺不起来，不耐走，老要人抱，拉稀货羊屎袋，肯定有问题，而且现在孩子很多很多。即便你的孩子不是大肚子，那么你摸肚脐和上面，发硬发凉，有的还会发热，异常热，异常凉，一块一块，小孩一抓过来一摸，一堆有问题，里面都堵了，那么这说明什么？孩子很容易堵在这儿，堵在这儿之后，导致气机的通畅性，你整个的气机的通畅性出了问题了之后，他就压抑住了所有的分泌，压抑住了，导致不能提供这个东西啊，他就启动不了，为什么启动不了，他就认为时机不成熟，你没准备好，你都堵住了，压抑住了，物资不够，方方面面的，阳光、雨露、土地都不具备让他分泌让你加速成长，其实是在保护你，你傻了吧唧的给来一针，你说傻不傻，没准备好呢？开始发起全国总动员了。**

**就像豆渣工程，材料没准备充足，你还得让我干，那行啊，那豆豆腐渣。你想想现在很多大男孩是不是都豆腐渣男孩，脆皮男孩，所以关键他为什么生长素不去产生，没有条件产生，没有条件产生怎么办？你创造条件，你把内环境搞好，他自然好。**

**所以关键还是说古人讲的，大气一转，其气乃散，整个的生机转起来，整个的转起来，五脏六腹全都转起来，转起来之后，那你再吞掉土，能吃，能拉，马上这个条件就具备了，这天天又跑，又跳，伸胳膊，撂腿，大脑接受信号，成了，开始加速生产。**

**孩子一定要吃，能吃，能拉吃的壮，吃的快，吃的好，吃的香，拉着痛快，说明这儿好，我们要先把小孩儿干净，很简单，解决这儿的问题，让这儿加速通畅，那大肚子都是不通。**

**前日子看到一个肚子胀得很大，兽医来了之后，把肚子给剖开了，去转那个肠，打弯了，整了半天时间。第二天牛足，其实灌包中药就行，很简单的事情啊，这个问题就结束了。**

**通则不痛，痛则不通，胀也是由于不通导致。一定要知其然，知其所以然的。为什么不生产？因为环境不具足，你要打造内环境，让它具足，让它通畅，它自然下蛋。母鸡为啥不下蛋呢？一会儿找这儿，一会儿找那儿，它就是不下蛋，为什么？找原因，你不要给他打那个东西，你打了，估计他下一个豆渣蛋，烂尾蛋，脆皮蛋。**

**你们知道我们园区小鸡下的蛋，外边的蛋这么大，我们的只下这么点儿。但是那个蛋黄子的粘稠度、可爱度、好吃度就太高太高了。**

**而且那个皮，普通的鸡蛋在碗边磕，非常脆，一下子就出来，我们磕半天磕不动，像石头一样。**

**你们现在干的事，就是把你们的孩子整成这种蛋，而我们现在养的孩子就是这种蛋。**

**要通畅这个，同时要怎么通畅？你们看那视频的时候，我是给你讲的，从健身的方式也可以，从按摩的方式也可以，从喝蛋花汤（中药）的方式也可以，都可以解决。关键就是你只要知道了原理，你们自己都能发明方法，就怕你们不知道原理瞎折腾，往里面打化学药剂。**

**今天出了个点意外，老师专业性太强了，被AI给识别了，以后尽量避免，今天就到这，大家拜拜。**