

专家提醒众家长：良好家庭氛围对考生更有益 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/100/2021\\_2022\\_\\_E4\\_B8\\_93\\_E5\\_AE\\_B6\\_E6\\_8F\\_90\\_E9\\_c65\\_100010.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/100/2021_2022__E4_B8_93_E5_AE_B6_E6_8F_90_E9_c65_100010.htm) 高考、中考即将来临，市场上各种针对考生的补脑保健品又开始大行其道。不过，由上海预防医学会、南京市学生营养与健康促进会前天在宁举办的公益讲座上，专家提醒家长，良好的家庭氛围比营养品更重要，过分给孩子滋补，只会给他们添加压力。金陵中学河西分校副校长徐苹指出，处于考试前期的学生，大脑活动处于高负荷运转状态，身体消耗和心理压力非常大，现在给孩子添加营养是应该的，但忌盲目滋补。上海预防医学会养生保健专家傅善来教授则表示，良好的家庭气氛对学生考试的成败影响更大，家长与其对孩子营养上盲目“填鸭”，不如多花点心思，和孩子多交流，了解他们的真正需要，让孩子保持良好的应试心理状态。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)