文章

【想小朋友專心上堂？】高皓正分享湊仔經1招搞掂

最近添了小女兒的高皓正(**Zac Koo**)現時育有三名小朋友，大女**Momo**即將升小學，而仔仔**Dede**則升上**K2**，他們平日活潑精靈，但上課時就非常乖巧，專心上課！到底怎樣才能逼跳跳紮紮的小朋友坐定定聽書？廿四孝爸爸高皓正卻居然說**......**

1 min to read

「我不會選擇強迫和罰的方法令小朋友專心」

高皓正說：「其實只要和小朋友共同協議一個學習和休息的時間表，他們便會專心學習。」他解釋，因為該時間 表是小朋友曾經承諾的，所以會更容易令佢地明白學習時學習，遊戲時遊戲的規則，這樣就算佢地玩完放完電之 後，都可以按時間表專心學習，當然適當的獎勵方法也可以使小朋友更有專注學習的動力。

皮膚痕癢令小朋友的專注力大扣分!

然而，高皓正也明白有時候小朋友可能會因健康問題影響以致專注力不足，例如小朋友皮膚敏感、痕癢便無法坐得定聽書，因此高家非常注重防敏這部分！太太平日對皮膚護理甚有心得，而飲食和皮膚健康息息相關，所以他們會悉心照顧小朋友自小的飲食，比如說，Momo 和Dede 從小會飲母乳，如份量不足要補充奶粉時，亦會小心選擇防敏配方的品牌，如雀巢®超級能恩®兒童奶粉。目前為止Momo 和Dede 都健健康康，除了被蚊咬會痕外，從未因皮膚痕癢敏感等問題影響學習。

小女兒Ashar 剛剛出生，才四個月的她肌膚如雪，眼仔碌碌，非常可愛！對於家中再添小生命，高皓正除了感謝太太，亦參考了照顧大女同二仔的經驗，細心準備Ashar 的飲食，他表示會選擇Momo 和Dede 飲開的防敏奶粉，因為哥哥姐姐都健康成長，從未對任何食物過敏，所以更有信心!

皇牌防敏奶粉推薦

防敏奶粉可預防嬰兒腸胃敏感，避免出現腹瀉、便秘、失眠、皮膚痕癢和濕疹等症狀，而雀巢®超級能恩®兒童奶粉是市面上最多醫護推薦* 防敏＋母乳低聚糖^廠商，它含細小水解蛋白，相比傳統牛奶蛋白，它的營養更易被嬰兒吸收，致敏機會也大幅降低，令小朋友健康成長。

* 資料來源：根據香港尼爾森市場調查公司於2018 年之調查。調查對象為香港婦幼科醫護人員。樣本數目為130。(Copyright © 2018, The Nielsen Company)

^ 2’-O-Fucosyllactose (屬於HMO 的一種，非源自母乳) 每100 毫升沖調液含26 毫克。