

补脑保健品自身难保 家长切勿给考生乱补

本报记者 付凯明 石媛媛

一年一度的中、高考临近,各类保健品也开始热销。近日,网友【人在江湖飘】发帖称:自己的孩子马上就要参加高考,想给备战的孩子买点补品补补脑子。可面对种类繁多的补脑、健脑保健品,不知道该选哪一种好,于是便上网求助。该帖一出,立刻引起广大考生和家长的热议。面对琳琅满目的保健品,该如何选择?孩子究竟需不需要此时进补?该怎样科学进补?这些问题成为网友们讨论的焦点。

【记者调查】

记者登录了国内一些购物网站,发现不少宣称有补脑、健脑等功效的保健品销售火爆,脑清新、DHA 牛磺酸蛋白质粉、DHA 软胶囊……名目繁多的补脑保健品充斥市场,这些保健品大都打着“补脑”“益智”“提高记忆力”等旗号,吹嘘的功效神乎其神。记者查看了一下成交记录,购买的网民还真不少,甚至有的人一买就好几套。

随后,记者又对我市部分药店进行采访,几乎每家药店都在显著位置摆放着各类适合考生冲刺服用的保健品。这些保健品的价格从每盒 20 多元到 400 多元不等,一般多为胶囊,也有含片和口服液。这些保健品用精美的包装、夸大的功效吸引家长的眼球。据店员介绍,最近一两个月,补脑的保健品销量不错,大多是学生家长来买的,一两百元的保健品最好卖。

那么,各类补脑保健品真有那么大的功效吗?记者就此采访了我市某医院营养专家马倩。她说,国家食品药品监督管理局 2012 年 5 月曾发布文件称,国家从未批准过具有补脑、提高智商等功能的保健品。而一些考生家

长购买这类保健品,大多是盲目跟风,寻求心理安慰。

【网友热议】

网友【焦作人都是活雷锋】:依我看,好成绩是学出来的,不是“吃”出来的,合理搭配一日三餐,按照要求备考,保持好的心态即可。什么补脑、健脑的保健品,我觉得还是不吃为好。孩子正在健康发育,平时的营养完全能跟上,盲目增补,对身体反而不好。

网友【荷塘月色】:考生只要能吃下饭,就没必要吃保健品,关键还是要学会自我调节,可以适当做些运动,晚上的睡眠要有保证。与其花费大量的金钱去购买各种保健品,家长不如在孩子的一日三餐上下些功夫,让孩子多吃核桃、牛肉等食品,并让孩子劳逸结合,帮助孩子保持一个好心态。

网友【高山流水】:我觉得家长给孩子买保健品完全没有必要。我考大学那会儿,哪有什么补品啊,能吃上肉都不错了。因此,我觉得学习好、分数高低,跟保健品一点儿关系都没有。

网友【大耳朵图图】:我是一名即将参加高考的学生,我妈这几天像疯了一样,给我买了一大堆各种各样的补脑保健品。我爸每天还给我敲 10 个核桃,他们说这样对大脑有好处,考试能考好。我晕,我崩溃。如果这样的话,我岂不是不用学习就可以考个好大学了吗?

网友【春天花会开】:我女儿快要参加中招考试了,我现在除了给女儿每天做好吃的以外,还要留心哪种营养保健品比较好。其实真正的功效如何我也不清楚,只是花钱买个心安罢了,这么做,全都是为了孩子。

【专家连线】

记者调查,网友热议,补脑保健品到底有没有功效?该不该补?记者特意联系了我市某医院营养

学专家刘启涛。

凭着多年的工作经验,刘启涛奉劝各位家长和考生,保健品因人而异,不能盲目进补。

刘启涛说,在临床上并没有哪种药是能够让人变聪明和增强记忆的。这些保健品在推销时,几乎都宣称含有一种叫 DHA 的物质,俗称“脑黄金”,这其实只是商家打的一个旗号。家长要合理选择保健食品,有些保健食品原料不太适合考生使用,且产品有规定的适宜人群和不适宜人群及食用量,家长在购买时要仔细查看。保健食品不能代替药品,考生如感到身体不适,应及时就医,不要盲目食用保健食品,以免延误病情。市场上各种针对学生的补脑营养品名目繁多、鱼龙混杂,有些产品短期内可能会起到一定的改善作用,但是长期服用可能会影响孩子的健康。

刘启涛表示,如果家长要给孩子吃一些补脑方面的保健食品或者保健药品,首先,一定要了解这个药品或食品的成分是什么,它真正的补脑功能怎样。因为有些促进大脑血液循环的药物属于国家规定的处方类药物,应遵医嘱服用。一些提高大脑皮层兴奋的药物含有刺激中枢神经兴奋的成分,处于身体发育期的学生应慎服。其次,家长们还要注意补脑品是由什么样的厂家生产的,是否经过有关部门的批准,补脑保健品不是所有考生都可以服用的。第三,家长应将精力更多地放在培养孩子良好的心理素质上,帮助学生适当地减压,做到劳逸结合,而不是买保健品逼孩子吃,这样只会加重孩子的心理负担。刘医生建议家长让孩子们吃点鱼,注意休息,锻炼身体,另外不要老是要去提考试。

【网友支着儿】

睡眠质量必须保证
考前的作息安排要劳逸结合、



家长切勿给学生乱补。

顾培利 作

张弛有度,每天至少保持六七个小时的睡眠,中午最好休息半小时至 1 小时。考试那两天,要休息好,每天比平时可以多休息 1~3 个小时,把以前欠的觉补一补,把精神恢复过来,是非常必要的。

饮食注意营养搭配

考生家长没有必要准备山珍海味、大鱼大肉,以免引起考生肠胃不适而影响考试。每天的饮食尽量清淡,但要注意营养搭配,少吃辛辣燥热的食物。

预防感冒服板蓝根

考生每天早晚各服一包板蓝根,可有效预防湿热感冒,且无副作用。已患感冒的考生,如果伴随恶心、呕吐症状,可在感冒首日每天服用 6~8 支藿香正气液(每 3 小时服一支);如果伴随发烧、头痛症状,则同以上剂量服用银柴颗粒冲剂,当天就能控制感冒。

痛经用中成药为宜

曾有过痛经症状的女生在高考前应充分估计,高考期间是否是经期。如恰逢高考,就要充分调整好自己的心理,平时多休息,心态要放松。同时,可服用一些活血化淤的中成药,此类药物不会带来副

作用。如果确实疼痛得坐立不安,应在医生指导下服用止痛药品。

【温馨提示】

高考前应注意的事项

考生要增强自信心:自信心强的人,高考的时候就容易发挥得好。怎样培养自信心呢?有几种办法,考生们不妨一试。第一种办法是非常自然地面带微笑,同学之间,师生之间,家庭成员之间经常面带微笑,有助于培养自信。第二,走路的时候抬头挺胸,双肩平直,人的内心体验和外部姿势是相关的。第三,不要横着跟别人比,不要放大自己的弱点,要多看自己强项的一面,这样有助于培养自己的自信心。相信自己,坚定的信心一定可以给即将高考的你带来从容,同时带来力量。

想对孩子家长说几句话:孩子的压力其中很大一部分成分来自于家长。现在当家长,特别当妈妈普遍存在共性的问题,就是老拿自己的孩子和别人比,老愿意当自己孩子的面夸别人的孩子,这非常不好,应多鼓励孩子,增强孩子的自信心。

郑州对“中国式过马路”开罚 你怎么看

【笔“戈”墨舞】:自新交规实施后,车辆闯红灯将被处以重罚。如今,对于道路参与方的行人和非机动车辆,闯红灯也得被罚款。从今年年初开始,许多城市已相继开展整治“中国式过马路”。今年 5 月,郑州市率先对此进行规范,郑州交巡警支队五大队开罚“中国式过马路”,有多名行人被罚。

网友【花非花】:面对目前市民总体素质的参差不齐,也只有

用严格的法规来对此进行管理和约束。

【无所事事】:要想从根本上改变“中国式过马路”,一方面,要通过长期的教育,比如最近的开罚等措施,提醒行人遵守交通规则;另一方面,城市的道路设计应更为人性化,人车如何分流,道路的人行天桥与隧道如何设计更为合理。硬件与软件都要提升管理水平,才能从根本上解决这一问题。

我市无偿献血省内可异地报销

网友【海米小小】:近期,从有关媒体上得知无偿献血可以省内异地报销,不知道咱焦作市是否可以实行,想请市中心血站的有关负责同志给网友们解答一下。

市中心血站:市中心血站为方便无偿献血相关人员异地用血报销,使其在异地用血时享受便捷的报销服务,缓解异地用血报销难问题,市中心血站献血办今年 5 月份开展了对省级区域内献血地和用血地报销服务。

一、报销对象

河南省献血的无偿献血者本人和无偿献血者的家庭成员(指献血者配偶、双方父母、子女及其配偶),无偿献血者自献血之日起即可报销本人临床用血费用,其家庭成员 30 日之后的临床用血费用方可给予报销。

二、提供材料

需要提供献血证、献血者有效的身份证件(如身份证、护照、驾驶证、户口簿、医保卡或军官证等)和输血明细或用血证明,无偿献血者的家庭成员在就诊医疗机构报销临床用血费用时,还需提供与献血者关系证明(户

口簿、结婚证、派出所证明、办事处、居委会、村委会等证明)。无偿献血者及其家庭成员在献血地血站和用血地血站报销临床用血费用时,除上述材料外还需提供就诊医疗机构结算发票。

三、异地用血报销

用血人应在医院领取《河南省无偿献血相关人员临床用血报销登记表》,与报销所需材料一起交医院输血科,输血科将材料扫描电子版发至用血地血站,血站审核无误后盖章,然后再将电子版发回输血科。医院收到经审核盖章的扫描件电子版后,在患者办理出院手续时从住院费用中直接报销无偿献血相关人员临床用血费用。无偿献血相关人员在献血地医疗机构用血时,除由献血地血站负责审核材料外,报销流程与异地用血报销流程一致。

异地用血未能在住院期间完成报销,相关人员备齐资料后可在用血地血站和献血地血站报销。但如果在献血地医疗机构未完成报销,备齐材料后只能在献血地血站完成报销。

刘秋芳 整理



孟州市工商局 全力服务产业集聚区建设

本报讯(记者朱传胜 通讯员李强)随着孟州市产业集聚区建设步伐的不断加快,多项优惠政策和有利条件日渐凸显,入驻企业日益增多。如何服务好产业集聚区项目建设,成为工商行政管理部门的首要任务和重点工作。为此,孟州市工商局连续出台多项服务新举措,全力服务产业集聚区项目建设。

该局设立产业集聚区专岗和效能投诉电话,对产业集聚区内的企业在发展中遇到的问题实行急事急办、特事特办,并全

面实行首问负责制、限时办结制、责任追究制等制度;用好用足各项优惠政策,简化程序,为入驻产业集聚区的各类市场主体发展提供便利、快捷的“绿色通道”;对凡是招商引资的项目,全部免收所有注册登记费,并提供上门年检等多项服务;立足工商职能,帮助企业制订商标发展规划,指导企业在现有品牌的基础上,争创著名商标和驰名商标,做大做强产业集聚区品牌产品。

中站工商分局 开展红盾护农执法行动

本报讯(通讯员关慧清)为净化辖区农资市场环境,让农民群众用上放心农资,中站工商分局多措并举,开展红盾护农执法行动,切实维护农资市场秩序。

该分局严把农资市场准入关,结合年检验照工作,全面清查辖区内农资经营主体,切实做到农资经营主体底子清、情况明,规范农资经营户经营行为,督促经营户建立健全索证索票、进销货台账等制度;加大农资市场巡查力度,严格监管农资商品质量,着重打击化肥掺杂掺假、以假充真、以次充好或者以不合

格产品冒充合格产品的质量违法行为;查处伪造或冒用他人厂名、厂址,伪造或冒用质量标志等违法行为;检查化肥产品标识、生产许可证、质量认证标志及化肥的有效含量是否符合法律法规的要求;充分发挥 12315 申诉举报网络作用,广泛开展农资消费维权进市场、进门店、进农村、进农户、进田间地头活动,及时、妥善处理因购买农资引起的纠纷。截至目前,该分局检查农资经营户 21 户次,下发责令改正通知书 2 户,立案查处超范围经营农资产品经营户 1 户。

马村工商分局 加强冷饮食品安全监管

本报讯(通讯员海珍、亮亮)随着天气转热,冷饮市场又将进入销售旺季。为保障人民群众尤其是中小学生的身体健康,近日,马村工商分局结合辖区实际,启动冷饮食品市场大检查,给食品安全监管打个“预防针”。

该分局将辖区饮料批发零售点、餐馆、农村小卖部等确定为重点检查区域,将乳制品、果汁、碳

酸饮料等确定为重点品种,进行重点检查;详细检查各经营户销售商品的生产日期、保质期、厂名厂址、进货渠道,同时将季节性出现的冷饮零售点、流动经营户统一纳入管理范围,进一步规范市场主体经营资格,取缔非法经营;督导超市、商场、冷饮批发网点的经营者严格建立索证索票等制度,严把食品准入关。

为民维权擦亮红盾品牌 ——市工商局开展中原红盾消费维权行动纪实

本报记者 朱传胜

中原红盾消费维权行动自 2 月 25 日启动以来,一场消费维权大会战随即在怀川大地打响。市工商局果断出击、频亮利剑,取得了辉煌的战果,擦亮了红盾品牌。前不久,该局在省工商局召开的总结表彰大会上作了典型发言。

查处案件敢于碰硬

在中原红盾消费维权行动中,该局排除阻力,敢于碰硬,取得了显著成效;行动期间,全市工商系统共出动执法人员 14578 人次,检查各类经营主体 23622 户次,检查流通过环节食品经营主体 11078 户次,签订食品安全责任承诺书 11078 户,取缔无照经营 349 户,吊销营业执照 24 户,受理、处理消费投诉 186 件,为消费者挽回经济损失 57.27 万

元,立案查办案件 1498 起。

为确保此项行动持续快速开展,该局围绕省工商局提出的“三个阶段、五个一”工作目标,实行工作推进会制度,并通过工作推进会这一形式,对中原红盾消费维权工作进行集中动员部署,集中交流研究,集中督导考核。行动期间,该局共召开了五次工作推进会,有力地推动了中原红盾消费维权行动深入开展。

此外,该局还建立了案件查办督办联动制度,对群众的举报案件,进入公文系统实施跟踪办理,对重点案件实行挂牌督办,确保案件查处到位。同时,该局通过案件信息共享,建立了个案突破、整体推进、一地突破、全市联查的办案机制。针对巡查发现、举报发现的各类侵犯消费者权益行为案件,特别是电信、餐饮、干洗等行业普遍存在利用格式条款侵犯消费者权益的行

为,全市统一标准联查联办,有效地提高了执法效能。

维权工作勇于创新

招募消费维权志愿者队伍、与媒体联合为民维权、建立消费维权长效机制……该局在消费维权工作上,勇于创新、敢于突破,并将消费维权从工商部门的“独唱”发展为有社会群众参加的“合唱”。

为促进全市消费维权工作上档升级,该局通过向社会公开招募,发展消费维权志愿者 226 人,有效充实了工商部门和消费者协会的维权工作力量。同时,该局还与媒体合作,共同为消费维权。其中,该局与焦作电视台合作开办“天天三·一五”栏目,现场与消费者开展互动,受理消费者咨询投诉,为消费者提供了良好的互动平台。目前,该栏目共播出 9 期节目,接受消费者各类投诉咨询 45 起,挽

回经济损失 2 万元。

值得一提的是,该局还建立了消费维权行政约谈制度,并对约谈的依据、约谈的内容、约谈的方式、约谈的程序、约谈的记录、约谈的后续处理六项内容作了详细的规定。截至目前,全市工商系统 13 个县市局、分局共开展了 21 场经营者集体消费维权行政约谈,收到了较好的社会效果,全市的消费投诉量明显下降,消费维权工作质量及主动性得到了明显提升。

宣传活动有声有色

为了增进社会公众对工商部门消费维权工作的了解,增强消费者依法维权意识,该局围绕消费维权这一主题,开展了一系列大型互动式宣传活动。3 月 15 日当日,市工商局首次举办 12315 中心公众开放日活动,还在焦作火车站广场组织开展了大型宣传活动,集中接

受消费者现场咨询投诉。此外,该局还与河南理工大学联合举办了三·一五宣传活动暨河南理工大学第四届“权动校园”维权月现场咨询会。当日,该局还通过腾讯政务微博,积极参与“河南三·一五微博在你身边”腾讯微博维权服务日活动,对网友的举报、投诉和咨询进行在线维权,实时回复网友留言 109 条。

为了取得市民对中原红盾消费维权行动的支持,营造良好的舆论氛围,该局还组织开展了一系列形式不同的宣传活动。据统计,该局开展各类宣传活动 215 次,发放宣传资料 51781 份,展出展板 214 块,悬挂横幅 180 条,通过中原红盾焦作工商微博发布信息 604 条,发表各类新闻报道 135 篇,营造出强大声势,不断掀起集中行动高潮,充分发动群众投入到消费维权行动这场大会战中来。



六一儿童节将至,贸易大厦工商分局对辖区儿童商品进行了集中检查,严防不合格商品流入市场。图为 5 月 23 日该分局执法人员在检查童车市场。张燕平 摄



该分局专门设立网上年检咨询电话及网上年检咨询指导窗口,