



网上吹风

### 育新商业街水压低

**育新街居民:**育新商业街几年来水压一直很低,最近更是抽水机有时也抽不上。该街住户多次反映,都未能解决,恳请相关协调银龙水务解决好该街住户吃水问题。

### 户外广告牌的质量差

**alvin:**3月23日,突如其来的大风天气,考验了周口户外广告牌的质量,结果让人大失所望。我的朋友被大风吹落的广告牌砸伤,现在还在医院躺着。  
希望有关部门能够加大监管力度,彻底整治一下类似的危险广告牌。否则,老百姓的出行安全太让人担心了!

(以上内容摘自中华龙都网龙都论坛以及市民吹风栏目,为网友言论,不代表本网观点。)



网络直通

### 网友曝古玩摊遭“碰瓷”

古玩老板揭内幕:确实有人那样做过

如今,敲诈的手段五花八门,“碰瓷”便是其中的一种。近日,网名为“谁稀罕你”的网友,在泸州当地一家论坛贴出了自己的遭遇:“最近路过白招牌古玩摊位时,被敲诈了,白招牌古玩摊位,小心碰瓷敲诈!”此帖一发后,便迅速在各大网络论坛蹿红,引来了众多网友,对“碰瓷”的谴责和唾骂。

### 网友爆机场告知本月起禁带奶制品入境

相关部门否认

日前,网友称在浦东机场入境时被告知5月起不能带奶制品入境,否则罚款5000至10000元。该微博被迅速转发近3000次。  
上海检验检疫局表示,农业部和国家质量监督检验检疫总局最近组织修订了《中华人民共和国禁止携带、邮寄的动植物及其产品名录》,并未明确将奶粉列入旅客禁止携带的名录中。也就是说,只要符合相关规定,奶粉是可以携带入境的。

### 网友质疑诺氟沙星致孩子长不高

专家表示尚无明确定论 18岁以下患者禁用

近日,一位母亲在网上发帖求助,称自己的孩子比同龄人矮很多,并怀疑孩子长不高是因为时常服用诺氟沙星。该帖发出后,引起了不少网友的议论,同时出现了支持者和反对者。  
对此,儿科专家表示,服用诺氟沙星和长不高之间没有明确的关系,“诺氟沙星的不良反应说明书上都有标示,患者在服用之前应该了解清楚。”此外,诺氟沙星中含有氟喹诺酮,服用过多会对关节和中枢神经系统产生副作用,“医院是不会给儿童开这类药物的。”另外,由于成人和儿童机体不同,一般来说,成人服用诺氟沙星胶囊并不存在问题。  
药监局相关负责人也表示,到目前为止没有明确的依据能证明诺氟沙星会妨碍儿童长高。一旦有关于此药物副作用的明确定论,药监部门一定会及时下发文件告知市民。

### 作家张一一微博呼吁取消清明节放假

网友炮轰

岁岁清明,年年扫墓。清明节是我国传统祭祀节日,但每逢清明,也是火灾高发时节,各地每年都会发生因烧纸钱、焚香、点蜡等原因引发的山林火灾事故,造成人员伤亡和财产损失。在今年清明节即将到来之际,作家张一一发布微博宣称清明节是“封建文化糟粕”,并列举五大理由呼吁取消清明节为法定假日,“国人理应淡化、遗忘,或者是集体抵制清明节”。此言一出,一石激起千层浪,引起社会各界热烈争议。  
对于张一一微博中“取消清明节”的这一提议,网友“杜甫很忙”表示,他并不赞成张一一的观点,但欣赏他独立思考的批判精神;网友“全民免费医疗”表示,即便清明节过去有宣扬封建迷信的嫌疑,但当代已赋予了它新的文化内涵,是对传统文化的一种尊重和促进,即使这种纪念方式还存在“不环保”等一系列现实问题,但也不应对设立清明节国假的初衷进行全盘否定,否则就是“因噎废食”,张一一上纲上线试图一杀威棒将“清明节”彻底打死观点很值得商榷。

(本栏信息均由编辑摘编)



网眼看周口

|                                   |  |                 |
|-----------------------------------|--|-----------------|
| 周口中院继续推进廉政建设<br>青年导报网             |  | 2012-3-26 12:04 |
| 周口市饶书记家联展“大道翰墨”<br>中国网            |  | 2012-3-23 10:34 |
| 周口市组织收听收看全国2012年环保专项行动电视电话会<br>新浪 |  | 2012-3-22 00:11 |
| 周口市“五个周边”市场整治重实效<br>大河网           |  | 2012-3-21 16:53 |
| 周口市实验小学开展学雷锋争做文明学生活动<br>中新网       |  | 2012-3-21 13:00 |
| 周口市将投建杂技马戏团杂技产业园项目<br>新浪          |  | 2012-3-23 00:35 |

(3月21日至3月27日百度搜索收录有关周口热点新闻)

# 长期加班易“脑残”?

来源:龙都论坛 http://bbs.zhld.com/

营养师称,人体长期受压会导致氧化压力过高,令抗氧化剂未能完全清除氧化代谢中的游离基,同时亦会产生游离基的乙型淀粉样蛋白出现,对脑细胞造成进一步破坏。

办公室中危害健康很多,不仅仅是长时间超负荷的工作,有时候办公环境和我们的习惯也是残害我们健康的杀手。

日前,龙都网友“纠结”发帖称,长期加班易脑残。网友对此话题议论纷纷。

### 发帖缘起

**纠结:**读书时,你有过熬夜加班写作业的经历吗?参加工作后,有过加班经历吗?长期压力过大会破坏脑细胞,而靠咖啡提神又会引起焦虑和失眠。有调查发现,香港过半白领每周加班逾3天,七成四受访者曾于工作时出现精神不集中,失忆等现象。有网友戏称“长期加班易致脑残”,你经常加班吗?你怎么看待这个现象?

### 网友热议

**开到荼蘼:**丢三落四,爱忘事是加班的后遗症吗?不至于吧!在平时生活中我就经常丢三落四,不是今天东西找不到了,就是明天又忘了买东西了。如果真是加班造成的,真是伤不起啊!

**我的风格:**头疼难耐,昨天晚上想到今天上午紧张的工作又要开始,要对着电脑4个小时,我两眼发痛发痒,头皮发麻,生怕工作会出错,一夜没睡好,早上六点突然醒了,一身汗。七点钟,一同事打电话说今天早上发烧了,请个假,有事帮他先干着,他打完针再去上班。我头一下子蒙了,正开车呢,差点追尾。前车司机下车对着我大骂脑残,我也不敢还口。得赶紧走啊!要不就迟到了,还要扣工资呢!

**猫妖米米:**谁都知道不宜长期加班,但能致脑残一说有没有科学根据啊?

**仁皮匠:**这种事也是。现在压力都很大,有时候熬夜加班也是没有办法的事情。

这些都是加班后后遗症啊!最好的办法就是尽量少加班。

**寻找心灵的轨迹:**据港媒报道,调查发现香港白领中54%平均

每周加班3.6日,更有8%称曾连续工作18天;又指74%受访者工作时出现“不能集中精神”、“忘记曾经发生的事”及“忘记很熟悉的名字或工序”等情况。有营养师称如长期受压,会增加破坏脑细胞的游离基。今天你加班了么?

**ID的距离:**很多人在下班后、休假时仍要接听工作电话或接收电邮,更因工作压力大出现“断片”、工作甩漏等情况。有营养师称,人体如长期受压,会增加破坏脑细胞的游离基,应多摄取蛋白质。亲,周末你还在加班吗?

**薄荷香茶:**其实说到加班,时间最长、强度最大的应该就是学生了,特别是高中生。

**菩萨保佑:**刚上班的时候经常加班,现在我也成了单位的老同志

**Joyce:**我没有加过班,但是我很了解工作压力大给自己造成的影响。别看现在我很年轻,不仅是工作的原因,还有自己给自己的压力,有时候东西放到一个地方,就忘记了,乱找一气,再加上焦急的心情,精神恍惚。

**毛毛雪:**很多上班族都面临着加班的烦恼,无情的加班占据了很长的时间。长期加班导致的加班后遗症更是对很多人的精神造成了很大的影响。有报道称长期加班会导致脑残,如果领导们看到这篇报道,是不是体恤一下你的下属们?

**印象周口:**为了生活几乎不睡;点头哈腰就差下跪;日不能息夜不能寐;单位有事立马到位;屁大点事不敢得罪;一年到头不离岗

让人难过的是,单位规定,周末加班只有20元钱补贴。为了这20块钱,却要耽误周末的大好时光,真是不值!

**纯属虚构:**前几年刚上班的时候,因为是实习生,所以加班是家常便饭,每天晚上不到12点不算完,那一段时间,通常体力脑力消耗比较大,所以每天都吃四五顿饭,结果那一段时间跟吹气球一阳,呼的一下就胖起来了!

**睿晨:**加班有时候是避免不了的,但是为了咱们的健康,最好要做到“六好”:喝好、吃好、科学运动好、休息睡眠好、心态好、补好。

**五月石榴花:**小学初中高中上大学,从黄土地上好不容易爬了出来,终于工作了,以为工作了好多呢,却常常加班,有时刚下班,领导



面对加班,你抓狂过吗?(资料图片)

位;逢年过节家人难会;变更签证让人崩溃;工资不高还装富贵;稍不留神就得犯罪;抛家舍业愧对长辈;身在其中方知其味。

**垂釣龙湖:**最近一段时间,单位经常周末加班,很多安排好的活动都去不了,让我十分心烦。而更

一个电话打过来,因为某种原因又要加班,多长时间之内必须赶到,离开家,孩子再哭再闹也得去加班,要不你要挨批的,误了工作那是大事,家庭事是小事,长期下来,失眠,健忘头疼,记忆力减退,四肢酸软,快受不了了,加班加点

## 字里茶香

林中君

我不爱饮茶,却因有过几次喝好茶的机缘,把鼻尖和味蕾养尊贵了,遇到一般的茶,浅尝辄止。家无闲钱,让我购来曾喝过的极品铁观音、碧螺春日日清品,就沉湎于字画欣赏怡志养心。书房里挂了一对傅景山先生书写的云南大观楼孙髯翁的长联,盘桓其下,竟闻得出字里字外飘出的一股茶香来。

书法自古为寂寞之道。古时的名士大儒握管挥毫,道德文章,书艺人品,都在宣纸上交相辉映,光芒四射。如今科技发达,网络繁荣,读书人中字写得差的人一抓一大把,谁也不再把写字当基本功,个人签名也是在街上请人设计。逸笔草草,满纸风流,成为童话故事里的故事。傅景山先生在一中的校园里默默耕耘,素不与人争,守得清贫,守得寂寞,几十年写字用过旧报纸,用过新闻纸,用过毛边纸,如今附近的装裱店因他的字生意红火。

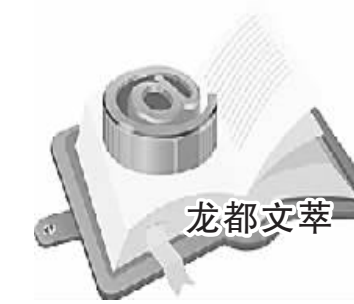
我早知道他的书法好。甲申金秋,其鼎老师为我求得八尺横幅《观沧海》,展卷品赏,墨气氤氲,满室盈香,一时欣赏者络绎不绝。乙酉新春,拜访先生,聆听先生谆谆教诲,见识先生的厨房手艺,又知道了祖父和他三十年前共甘苦、同患难、惺惺相惜,崇敬之情和亲情汇集在一起,如同饮了一杯明前信阳毛尖,心底不住升腾起暖暖的感动。

他先后多次赠我书法,有丈二巨作,大气磅礴;有三尺条屏,隽永典雅;有榜书大字,气势如虹。傅景山先生数十年砚田躬耕,临池挥毫,用纸万张,废笔盈筐,取法汉隶,终得神髓。他的隶书若苍岭青松,苍莽豪迈,气象浑穆,顾盼自雄。观其运笔,悬拳握管,用力沉稳,笔笔到位,筋骨神肉,恰到好处。其笔力雄健,雄浑大度,金石之气,盎然纸上。字字如苍松古柏,刚正不阿;执笔若壮汉执戟,猛士挽弓。

他的书法有儒家气息,具名士风范,有着沁人心脾的清新。现在人心浮躁,冷板凳上坐不住人,细细品读了他的书法,如同喝了一杯有年头的普洱,急功近利的心慢慢平静,懂得了梅花芬芳因历尽了冬天的苦寒,做事中多了份淡定从容。

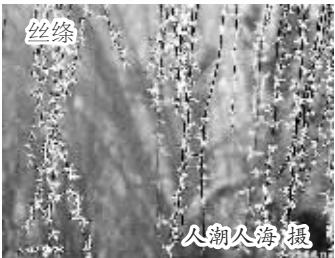
我们需要这样散溢着茶香的作品。

来源:龙都论坛 http://bbs.zhld.com/



龙都文萃

### 画说周口



人潮人海 摄



烈风骤雨 摄



坦然人生 摄



人潮人海 摄