

# 止咳水止痛药勾“瘾”青少年

昨日是国际禁毒日。在我们身边，一直潜藏着一种隐形的“新型毒品”——止咳水，它在我国被列为处方药，主要成分为磷酸可待因，其代谢物是吗啡。虽然销售一直被严格管控，但它被滥用的现象仍旧时而有之，而且主要在青少年人群中。前些年，滥用止咳水的现象在南方一度比较猖獗，最近这两三年，随着药物监管力度的加大，滥用止

咳水的现象有所缓解，但在精神疾病专科医院的药物依赖门诊中，依然能够见到这样的孩子。北京安定医院主任医师杜万君说，今年他尚未接诊过因为滥用止咳水前来就诊的青少年，但前两三年的确零星出现过喝止咳水成瘾的孩子。此外，还有滥用曲马多、安眠药的青少年在家长的陪同下前来就诊。

## 整箱买进止咳水

“喝止咳水的孩子最开始就是觉得好玩。”杜万君说，最近这两三年，他每年都能遇到1至2例前来就诊的中学生，“都是外地的孩子，男孩女孩都有。”小强(化名)在北方上高中，他找到杜主任时，已经达到每天必须要喝3至5瓶止咳水的程度。他说不喝止咳水浑身难受，喝了就觉得全身舒服。为此，家里成箱地购买止咳水。

## 其他药物也能上瘾

一瓶止咳水也能上瘾，原因在哪儿？杜万军说，止咳水里有可能成瘾的药物，用得适量就是治病，

用得过量就是滥用，会成瘾。戒断止咳水时，往往会出现戒断症状，但是这种症状也就持续一周左右，“如果在医生指导下使用一些抗焦虑药、镇静药等，戒断症状很容易克服。”不过，药瘾易除、心瘾难除，如果孩子戒断后回到原来的环境中，还有人勾引他喝止咳水，很有可能“复喝”。

来安定医院看“依赖”的患者中，不仅有止咳水依赖的患者，还有很多迷上了止痛药、迷上安眠药等其他药物的患者，甚至还有吸冰毒的中学生。“我遇到过十几岁的小女孩吸上了冰毒，其实最开始她就是好奇，被拖下了水再戒断非常困难。”

## 微闻

### 新百家姓排名出炉 看看你算老几

“赵钱孙李，周吴郑王……”说起百家姓，不少人的第一反应就是这句话。而近日，中国最新版百家姓排行榜出炉了，根据研究，“百家姓”排名前三位的是王、李、张三大姓氏。国家统计局的数据显示，“王李张刘陈杨黄赵周吴徐孙马胡朱郭何罗高林”为全国前20大姓氏，其中王姓达到9468万人，占总人口的7.1%。

## 网评】

@勇娃：你算老几？  
@王少丽jif：王姓威武。  
@葛先森的泼辣小姐：抓狂，我从来都找不到我的定位。  
@绒草木木：勉强挤入前20，大户人家的感觉……

### 袖口缝上二维码 走失老人易还家

沈阳十个小区60岁以上的老人即将收到来自物业的一份“礼物”——可以缝在左袖口或衣领上的专属二维码！扫描二维码，就可以看到老人的姓名、出生年月、健康状况、儿女姓名等信息，就能帮走失的老人找到家了！

## 网评】

@动物保护-素食主义：这个不错，科技就该这么用。  
@散人傲立：想法挺好，但万一有人通过扫描二维码的方式诈骗老人怎么办？

### 加完油 她带“枪”跑了

近日，温州乐清的马路上，出现私家车子带“枪”上路的惊险一幕：一辆白色福特轿车左后侧的油箱盖大开，上面插着一把红色的油枪，后面还拖着一根两三米的油管。原来，20多岁的小陈驾车去加油站加完油后，也不管油枪有没有拔出，就发动车子走人。所幸车里的汽油没泄漏，未造成严重危害，后来小陈向加油站道歉并赔款。

## 网评】

@水晶女警火炎炎：这个属于什么脑子？  
@围观世界悲：有一种司机叫女司机……  
@永恒的无尽行者\_Yin：她从来不看后视镜么？女司机伤不起啊！

### 大学生扑街照走红 称为留下愉快回忆

一组由河海大学4个男生拍的“扑街”毕业照，近日在网上蹿红。无论是在食堂，还是教学楼，甚至女生宿舍门口，都能看到四个人面朝泥土背朝天的身影。“希望给大学生涯留下一个有意义而搞笑的回忆。”不过有网友认为，虽说个性化十足，可总觉得把照片拍得没有一张脸，还能算是毕业照吗？

## 网评】

@IVY柴夫人：光看脸的那是证件照。  
@昵称好难取O3O：本就是娱乐玩耍，那么认真干吗？  
(本报综合)



## 读博

【怎么走路才算锻炼？】走两步就算锻炼了？@生命时报说，按以下7点才算！①强度：每天至少快走40分钟。②姿势：脚步正，曲臂摆。③方式：正走、倒走、踮

脚走混着来。④时间：下午四五点最好。⑤地点：操场地面松软有弹性，公园空气好。⑥物品：穿双软底鞋，带瓶白开水。⑦安全：先做热身，量力而行。(从警岁月)

从警岁月：脚步正，曲臂摆！来学习一下！

鑫鑫鑫鑫鑫oh：带瓶白开水。

火星车的一些事一些情：我每天跑足八小时!!! 加班另计。

郝武岗：此建议很好，但按此法估计 少人符合条件。阻碍我们的借口将会越来越多……量力尽力而为。

Henry-LEE-：不上班天天散步好吗？

炎炎烈日之下，武汉一家水果店老板看到一名女环卫工经过，一脸疲惫，邀她到车上休息，可环卫工只肯坐在车门外，"我身上灰多，别弄脏车

”，不一会就睡着了…体谅环卫工，不乱扔垃圾，沿街有条件的单位，帮他们添点水，请他们歇歇脚吧。(贰柒柒零零零)

贰柒柒零零零：将心比心，让城市充满爱！

SUMMER沛沛：是啊，我觉得这样的劳动者应该得到高倍的薪资，但是恰恰相反，越是这样的，工资越低，而且甚至还拖欠工资，实在是为中国的薪资体系感到费解。

滑行的软兔：他们应得到尊重而不是怜悯。职业从来就没有贵贱之分。

迷恋青春年少：给勤劳朴实的人多点关爱。

我的出生是个错：希望更多的人为辛苦工作的人们献上一点爱心。

【关注最底层女工】这是我今天在微博上看到一组照片，她们为了让自己的子女有饭吃，有书读，去干男人该做的活，不管再苦再累，不管刮风还是下雨，只要有活干，她

们总是走在最前面，她们的工资并不高，但付出的汗水总比别人多，她们就是流动在城市角落最底层女工，她们需要社会的关注。(枣庄孔浩)

八戒CEO：工地上大姨一天100块钱，看见我们就说，真想

过一天坐办公室的日子。

片石斋孙宏伟：这就是生活。

工兵挖地雷：可敬的女性，令人心酸的姐妹！

眼睛与嘴巴：真不容易。

当你知道了许多真实、虚假的东西，就没有那么多酸情

了。你越来越沉默，越来越不想说。(小程故事0632)

零LLJRT：已经沉默到不会说了，自己的话都很假的时候，你会怎么办？

叨着棒棒糖去逛街o：有时候就只能用沉默去看这虚假的东西。

随雨曦静：也许这就是我们沟通越来越少的原因吧。

近日到企业去调研，发现有几家企业的老总竟然不上网！很令人吃惊，而这个现象在县域却很普遍。我看到了危

机，描述出来他们也听不懂。我突然感到责任重大。(滕州郑锋)

LOVE滕州：因为会上网的人，大多不是老板。

梦想航海2010：因为都有身边的人，帮助老板操作网上的所需事项。



## 广场舞大军

华灯初上，广场舞大军在东湖开始了晚间的活动，远处在建的高楼是他们的热心“观众”。(网友 百姓一丁 摄)