

西洋参、蛋白粉、鱼油等保健品成“香饽饽”

考前突击“补脑” 不如吃好睡好



“一瓶蛋白粉搭配一瓶DHA、鱼油牛磺酸，能增强免疫力，提高记忆力，帮助即将高考的考生们缓解疲劳。”类似的“高考补品”正在热销。随着高考临近，考生越来越紧张，家长们也忙着为孩子补脑、补充营养。近日，记者走访市区多家超市、药店时了解到，一些鱼油、DHA等加强记忆力、舒缓压力的保健品正在热销。对此，医生表示，考生不要盲目补脑，增强心理素质、劳逸结合、养成良好的作息习惯才是关键。

“高考神器”众多 到底靠不靠谱？

多数不准带入考场

高考进入倒计时阶段，网上各路店家也开始打出“高考神器”的口号售卖各类产品，趁高考消费季分一杯羹。众多高考神器到底靠谱不靠谱？对此，有老师表示，考生不宜过于依赖这类“高考神器”，因为它们多数是不允许带入考场的。



网店卖家在推销泰国产的薄荷提神醒脑棒时，透露有不少学生家长一次性买多支给子女备着，并且还有不少回头客。

“考试复习、熬夜疲劳时嗅一嗅，一下子就轻松多了，确实是不错。”考生家长刘女士说。

不过考生家长王女士却不以为然：“先不说是不是泰国产的，这里面的成分真的是纯天然无害吗？”王女士认为，提神醒脑棒或多或少含有化学成分，她不大愿意让孩子接触这类并不熟悉的物品。

市场：高考保健品卖得火

3日，记者来到位于市市区中山路上的某大型超市看到，在保健品销售区前，一块“高考助力加油站”的广告牌十分醒目，在该广告牌上赫然写着一些保健品的名称，并且附有其功效。记者向店员咨询高考考生适用的保健品，店员热情地推荐了一款某品牌的“西洋参”，称其能有效消除疲

劳、增强记忆、提高学习效率的功效，适合考生服用。记者采访期间，不时有家长前来为孩子购买。“每年从4月份开始，就有家长开始为中高考的考生买一些补脑保健品，其中一些能增强记忆力、提高睡眠质量的补脑维生素片或者补脑液销量最好。”该店员介绍道。

随后，记者来到位于市市区文化路上的某中学附近的一家药店，发现一些号称具有抗疲劳、改善记忆等功效的保健品整齐地摆放在货架上，并置于店内相对明显的地方。一整柜的鱼油、维生素A和氨基酸等保健品罗列整齐。记者以考生家长的身份向店员进行咨询，针对记者描述的考

点，店员推荐了一瓶售价为133元的鱼油，一瓶售价为88元的维生素A&D和一罐售价为313元的蛋白粉。尽管售价不菲，但店员表示，选购的考生家长并不考虑保健品的价格，只考虑效果，考前这段时间保健品的销量是平时的2-3倍左右。

家长：买保健品只图心理安慰

记者采访了部分高考生家长得知，尽管不少考生吃了补品也没有什么较大改善，但很多家长还是抱着“宁可信其有”的态度选购，觉得吃了总比不吃好。市民王女士告诉记者，“从年初就给女儿购买了蛋白质粉，如今喝了接近4罐了，女儿的记忆力没有明显提高，虽然每天的复习学习很辛

苦，但是家长只能为孩子增加营养，不能让孩子输在‘补品’上！”

“现在家长对学生高考都比较重视。前些天一位考生的妈妈一进店就询问我们有没有帮助孩子睡眠的保健品，她说她女儿临近高考，睡眠质量很不好，希望能借助保健品来改善。”采访中，市区一家药店

的店员告诉记者。此前有学生家长进店大多会购买补脑类的保健品，但随着高考越来越临近，则是购买安神类保健品的居多。

“孩子学习很辛苦，为了能够多考几分，每天晚上都会复习到很晚，作为家长除了生活上给予照顾外，总想在精神上也能给予帮助。考生在考

试前几个月都会服用一些保健品，达到提高记忆力、抗疲劳的作用，所以一直给孩子吃着保健品。”考生家长秦女士说，说实话不知道保健品能够起到多少的作用，但是看着别人的孩子都服用这类保健药品，为了图个心里安慰，就给孩子买了吃，让孩子在精神上信心十足。

医生：合理膳食比保健品重要

针对家长们买营养保健品给考生“补脑”的现象，记者采访了枣矿集团枣庄医院的冯医生，她表示，从营养学的角度，不建议给孩子们服用此类保健品。考生考前集中用脑，身体比较疲劳，但所需要的营养物质完全可以通过均衡的饮食来补

充，如：奶、蛋、鱼、肉、豆制品等富含优质蛋白；牛奶、虾皮、豆类、海带等食物中都含有丰富的钙等微量元素；新鲜蔬菜和水果不但含维生素C丰富，还可以补充其它多种维生素；睡前牛奶有助改善睡眠质量等。没有必要单独服用一些补品、保

健品。

冯医生还表示，针对部分家长到药店采购人参、西洋参、枸杞、冬虫夏草、灵芝等滋补中药的行为，这类药品使用不当可能会使孩子产生不良反应。如大量的长期服用人参，可以产生头晕、失眠、抑郁、血压升高

的“滥用人参综合征”，并且有促进性早熟的副作用。因此，青少年考生应尽量避免使用补品。“临近考试时考生不宜改变原有的饮食习惯，在平衡膳食的情况下，每天摄取均衡的营养才是最关键的。”冯医生说。

(记者 苏羽 刘一单 文/图)



古有孙敬好学不休，“以绳系头，悬屋梁”，今有淘宝卖家推出智能清醒头箍神器，让考生夜间醒脑。据说只要戴上这款智能清醒头箍，一旦摇头，瞌睡即走，有趣又实用。

仔细阅读说明，原来这款头箍是利用双极微型震动点击，在仰头或低头打瞌睡时，自然唤醒震动刺激。

“这款头箍很适合高考人群，不会有副作用。”卖家说。用过这款智能清醒头箍后，网友@心一边晒出自己的买家秀，直呼“受不了”，“震得头皮发麻，更晕了”，劝其他消费者慎重考虑。

“考的全都会，蒙的全都对” 图个吉祥乐呵 高考T恤热销

高考临近，望子成龙的家长们将自家的考生从头到脚“武装”了起来。印有各种喜庆标语的T恤颇受欢迎。

在淘宝网上，输入关键词“高考”，一款印有“考的全都会，蒙的全都对”的高考T恤着实“吸睛”，一个月就销售了856件，尤其近两天更是销售的高峰。一网店客服说：“大多的买家都是选择红色，虽说考试主要还是看成绩和临场发挥，但不少家长还是觉得穿件红衣服，会讨个好彩头，希望孩子考试走鸿运。”

“逢考必过”、“高考必胜”等常见标语已经无法淋漓尽致地表现卖家的创意了，模样怪异的九臂“考神”和卡通版的“文昌帝君”才是新花样，不过光有这二位的形象还不够，得配上一副对联才能彰显“霸气”，上联：敬一敬百问不倒；下联：拜一拜考试必胜；横批：逢考必过。

供考生们穿着的除了印字T恤外，精明的商家就连考生的内裤都不放过。记者在淘宝网发现，近期印有鲤鱼跃龙门等图案的考生专用内裤也在热销榜中，售价在25—50元不等。据店家表示，这些内裤上面的图案在网上都能找到，多被考生或家长买来“求考过”，但也有一些买家纯粹是图“好玩”。

(消费日报网)



只要手握一把绘图尺子，就可轻松绘制各种各样的图像和几何图形，节省大把时间，真的有这等好事？

商品名称冠以“2015高考神器”的这款数学文具，尽管不包邮，还是有不少人购买。卖家也说，“快高考了，买的人很多，‘可以带入考场’”。

不过在全部评价中，有4个人给出中评，有人认为这类绘图尺质量有问题的评价。网友@初律认为，多功能绘图尺是否好用，因人而异，如果平时习惯用传统绘图尺作图，一时更换文具，会适得其反。

(消费日报网)

