

高档枕头未必高枕无忧

保健枕不能治疗失眠,选购时别轻信夸大宣传

人的一生中至少有三分之一的时间是在床上度过的,睡眠质量决定了你是否有精力去面对工作与生活,可见高质量的睡眠对于人们来说是多么重要。9月20日,记者在市中区多家商超和家纺店的调查中发现,从乳胶枕到记忆枕,从音乐枕到凝胶枕……高档枕头开始走入寻常百姓家。然而,在利益的驱动下,保健枕市场也是鱼龙混杂、乱象纷呈:名称混乱、功能神奇、价格悬殊等,让消费者在购买时眼花缭乱、真假难辨。

价差很大
从几十元到上千元不等

9月20日上午,记者在市中区文化路上的一家家纺店内看到,店内有一款号称可以“保护颈椎且能促进深度睡眠”的保健枕,价格为799元。虽然该店的销售人员一直向记者介绍此款商品的神奇之处,并宣称已经有不少顾客在购买使用后感到确实有助于提升睡眠质量。

但当记者询问销售人员这款保健枕提升睡眠质量的原理时,对方竟然含糊地表示里面有中药的辅助,其他的就不再多说了。随后在市中区青檀路上的一家家纺店内,记者同样找到了保健枕,询问店内销售人员保健枕的

原理时,销售人员干脆避而不谈。

调查中记者发现,这些可以“帮助”睡眠的保健枕,其价格也是有高有低,差别很大,便宜的保健枕几十元就能买到,也有上百元或者几百元的,更贵的甚至达到了上千元。但是无论价格高低,记者在询问对方保健枕的工作原理时,对方要不就是支支吾吾说不出个所以然来,要不就是干脆避而不谈转移话题。

毫无作用
六百多元的枕头不能助眠

“这什么枕头呀,还说是可以帮助睡眠,结果一点作用都没有,太气人了。”家住薛城区泰山路的徐女士说,由于父母上了

年纪,晚上经常失眠,孝顺的徐女士一直为此感到担心和烦恼。碰巧前阵子在陪朋友逛街的时候经过一家家纺店,里面有着有一款号称可以帮助睡眠、提高睡眠质量的保健枕。

在仔细询问查看商品后,徐女士花了600多元钱买下了这款保健枕,送给了父母。谁知过了几天,徐女士给父母打电话时询问保健枕是否有作用时,得到的答复竟然是一点作用都没有,这可把她给气坏了。

“花了那么多钱买的就是这个枕头的保健作用,说好的帮助睡眠呢?”徐女士表示,事后她也曾找过这家家纺店,可对方表示这并不是他们枕头的原因,而是其他别的因素在影响徐女士父

母的睡眠质量。

“店家还说这个枕头只是帮助睡眠,保健作用因人而异,简直就是强词夺理。”徐女士说。

选购枕头
切忌盲目相信“功能性枕头”

记者在调查中发现,徐女士的遭遇并非个例,不少消费者向记者反映了他们在选购保健枕时的迷茫以及高价买回的保健枕并不具备相应的功效,这也与保健枕市场的鱼龙混杂,质量的参差不齐密不可分。

到底保健枕是否具有助眠的功能呢?市立三院社区服务中心的高主任表示,保健枕只能起到保健作用,根本不可能治疗失眠。在枕头内加入一些药材可以

通过穴位透皮吸收以及起到熏蒸的作用,对适宜的特定人群能起到一些保健效果,但是却不能治病,也不能代替医生的治疗和药物。

“更何况市面上还存在着一些以次充好打着‘保健枕’旗号的普通枕头,连保健功能都没有,又哪来的助眠作用。”高主任表示,随着时间的推移,枕头上的药物香气也会逐渐散发完毕,丧失保健功效。

高主任提醒广大市民,在选购枕头时,只需要选择舒适的枕头即可,切忌盲目相信“功能性枕头”之类的产品夸大宣传。

(记者 寇光)

生长期和成熟期雨水较多 生栗子减产 糖炒栗子每公斤涨了四元钱



晚报讯(记者 董艳 摄影报道)9月20日,记者走访市中区各大市场发现,糖炒栗子的销售点明显增多,但因今年雨水较多,栗子产量受到影响,导致糖炒栗子的价格也出现了上涨。记者调查发现,不少市民对于上涨后的糖炒栗子价格表示能够接受。

9月20日中午,市中区君山路附近一家糖炒栗子销售点,工作人员正全副武装地炒制栗子,远远地就能闻到糖炒栗子的香味,工作人员小心翼翼地用铲子把栗子从热乎乎的铁锅里铲到石子上,再铲到地上的铁丝筐里,再拣出坏栗子。商家刘女士表示,这是当天出售的第三锅糖炒栗子,新鲜

栗子上市后,糖炒栗子的销售旺季也就随之而来。

经营了多年糖炒栗子生意的张先生告诉记者,他的小店已经开了五年多了,来得基本都是回头客,当下正处于栗子的收获期,为了抢到质优价廉的栗子,张先生早在三天前就回老家收购栗子了,店里的生意由妻子照看着。

张先生表示,街头售卖和店铺售卖的糖炒栗子受经营成本的影响,价格从十几元到二十几元不等。今年生栗子价格上涨,导致糖炒栗子的价格也随之上涨。“平均每公斤涨价4元左右,糖炒栗子根据品种、大小的不同,价格也会有一定的区别,但总体价格还是

上涨了一些。”张先生说,“虽然生栗子的价格上涨了,但是考虑到顾客的接受程度,我店里糖炒栗子的价格也是能少涨就少涨。因为利润较低,以往五六毛钱的零头都能抹去,现在超过5毛就不能去掉了。”

据了解,目前市面上出售的糖炒栗子的原材料基本都是在外地进货,枣庄本地多以板栗为主,加上今年本地栗子的成长和成熟期雨水较多,导致生栗子减产,这样一来,糖炒栗子的价格上涨也是必然的。

栗子的产地就那么几个,一旦因为天气不好等原因造成减产,我们吃到的糖炒栗子的价格基本上都会上涨。在市中区出售糖炒栗子的刘老板表示,原料栗子的主产地河北,今年雨水较多,进来的栗子看起来好像不错,但是打开后发现,里面一颗、两颗栗子的多,三颗栗子的少,“跟去年比产量还是下降的。”刘老板说。

记者在调查中发现,糖炒栗子的价格上涨,并不影响市民在购买热情。虽然当下气温还比较高,但是记者走访中发现,糖炒栗子的市场还是比较活跃的,一位喜欢吃糖炒栗子的市民小李说,虽然她也发现最近糖炒栗子的价格上涨了,但是作为一种平时消遣类的食物,这个涨幅小李还是能接受的。

技术含量低 多由中小企业制造 老年机质量良莠不齐

晚报讯(记者 王萍)“老人机”是近年来市场上出现的一般只具备打电话、发短信等基本功能的平价手机,9月20日,记者在市中区青檀路上的一家手机卖场看到,市面上的老人机价格从199元到499元不等,售价相对便宜。此外,这些手机虽然都标有品牌,也有相应的包装盒,但多数品牌都不太知名,只有极少数品牌为人熟知。

记者选择了一台299元的老人机查看,发现其主要功能为接听电话和收发短信,并且,每打开一个菜单都有相应的语音提醒。与普通手机相比,老人机显示的文字和数字均较大,音量也非常大。据卖场一位工作人员介绍,来电以及拨号时,手机都会“念”出相应的号码,方便老人使用。

“现在老年机买的差不多了,都嫌样式太老土,除了给年纪特别大的老年人买,65岁以下的人几乎不选择购买老年机。”在手机卖场内,一销售手机的店主说。

店主告诉记者,前几年老人机还颇有些市场,但现在愿意买的人却越来越少,“毕竟现在都是4G时代了,老人机还是2G网络,用老人机的都是八九十岁的老年人。”店主说,“以前还有年轻的买老人

机作为备用手机,现在大家就算买备用手机也只肯买智能手机了。”

近日,记者在光明广场上一跳广场舞的中老年群体中走访时看到,这里不少60多岁的老年人使用的都是智能手机。“在没有微信都没人愿意和你聊天,‘老人机’很少有人在用,功能太少,而且质量还不好。”跳舞的市民于女士告诉记者。

记者走访发现,目前市场上很难找到大品牌厂商专门为老人设计的手机产品,手机店卖的多数老人机都由中小企业制造。业内人士提醒,选择老人机不能只看价格,还要看售后服务,一般小的品牌售后服务没有保障,用了几个月如果坏了,消费者根本找不到厂家。

老人机的功能单一,技术也比较简单,所以价格相对便宜,“但廉价手机的内部元件质量或许不太好,工商部门的一负责人建议消费者购买此类手机时应慎重,最好选择知名品牌的手机,不仅质量更有保障,出现问题后也更方便维权。”该负责人还说,市民购买手机后必须将购买凭证保留好,且凭证上必须有商家盖章,遇到问题时可及时向消协投诉,维护自身权利。

什么情况下应该选择剖宫产?

近日,陕西榆林的一位产妇,在分娩时无法忍受疼痛并多次提出剖宫产未果的情况下,选择跳楼结束了自己的生命。这一悲剧,引发了人们对产妇、家属、医院三方角色的讨论。到底哪些人应该选择剖宫产?

满足以下条件的可以考虑顺产:1.产道正常;2.产力正常;3.胎位正常,胎儿体重<4000g;4.精神状态许可的;5.有阴道分娩史的。

在分娩过程中,产妇会有腹痛而且相当剧烈,由此带来肉体上的痛苦和精神上的紧张。但这些都是暂时的,也都是可承受的。对于绝大多数健康的正常孕妇来说,只要具备顺产条件,都可以实现自然分娩。

较之顺产,剖宫产确实存在对母婴的负面影响。

一是剖宫产的新生儿由于没有经过产

道的挤压和接触产道细菌,天生免疫力会比顺产婴儿稍差,更易生病;二是产妇在剖宫产后,子宫上会留有疤痕,一般需要一年半时间愈合,如果疤痕没有完全愈合,迫生二胎可能面临疤痕子宫的风险。但对于不能或不宜从阴道分娩的产妇,尤其是多胞胎产妇和胎盘前置产妇,剖宫产可以拯救母婴生命。

因此,分娩方式的选择,不单纯是产妇和家属意志的选择,更是由母婴身体、心理状况等综合情况决定的。

六类人群应该选择剖宫产

1.难产母亲。相对于产妇的骨盆入口胎儿过大,不能经阴道分娩的,应该选择剖宫产。

2.骨产道或软产道异常的母亲。骨产道异常、尾骨尖上翘,都会使有效的产道变

窄。软产道异常,如较严重的阴道发育畸形、瘢痕狭窄等,或妊娠合并直肠或盆腔良、恶性肿瘤梗阻产道,即使切开会阴,足月胎儿也很难通过产道。

3.胎儿或胎位异常者。常见的臀位、横位、异常头位都不适宜阴式分娩,即顺产。胎儿不能耐受分娩过程,或者胎儿因为某部分异常不能通过产道的,也宜采用剖宫产。

4.脐带脱垂者。脐带越过胎儿先露部位脱出于宫颈口外甚至阴道外,胎儿可能迅速发生宫内窘迫,甚至死胎死产。

5.胎儿窘迫者。胎儿窘迫亦指胎儿宫内缺氧,由此造成胎儿酸中毒,导致神经系统受损,严重者可留有后遗症,甚至胎儿宫内死亡。

6.有多次剖宫产史的产妇。两次或以上的剖宫产,更易导致子宫破裂或先兆子宫

破裂,更宜采用剖宫产。

当产妇和胎儿情况良好,医护人员都会建议顺产,但是,这并不意味着鼓励盲目追求顺产。如果当剖不剖,对母婴都可能带来严重后果。

首先,胎儿因长时间无法娩出,会造成宫内缺氧、胎儿窘迫,严重者可导致胎儿死亡;其次,产妇也有可能因为长期无法娩出而导致产道损伤,经受巨大心理压力,还有可能因为过度疲劳而晕厥,甚至死亡。

创建国家卫生城市 提升市民健康素养

健康科普

枣庄市创建国家卫生城市指挥部办公室主办