

现代女性比以往承担了更多的社会责任,背负着来自于心理和生理的双重压力。“三八”前夕,让我们共同关注职场女性的健康问题。

# 警惕女性“职业病”

本报记者 包铃铃

小袁今年27岁,3年前大学毕业,目前在前启东经济开发区某企业工作。毕业之初小袁的体重只有50公斤,但仅仅工作3年后,她的体重增加到近60公斤,已经多了近20斤。

在采访中,这几年,她几乎每天都处于奔波忙碌的状态,加班出差对她来说是家常便饭。“不是越忙越瘦吗?怎么会越来越胖!”

市妇幼保健所副所长杨开宇告诉记者,在如今高节奏的生活中,像小袁这种情况的人有不少,这样的症状属于典型的“过劳肥”。记者了解到,“过劳

肥”是指过度劳累而造成的肥胖,工作节奏快、工作时间长的职业较容易出现“过劳肥”,IT人员、医生、记者、销售等都是高发人群。不少女性上班族三餐饮食不规律,加上长期的睡眠不足、心理压力过大,由此引发激素紊乱,导致脂肪堆积、代谢不良。

除了“过劳肥”,职场女性还容易卵巢早衰、月经紊乱,导致越来越多的乳腺疾病。职场女性受空气、水质、电脑辐射、被动吸烟、缺少锻炼等影响,体质面临较早衰退。“原本,女性的卵巢功能在45岁至55岁才会出现衰退,而现在,不少职场女性甚至不到40岁就提前出现卵巢衰退的现象。”而卵巢功能的失调可能会导致妇科内分泌失调的症

状,如月经紊乱、面部长痘等。门诊上,因月经量少、不规律等疾病就诊的女性越来越多。

女性的乳腺疾病很大一部分也是由于精神压力大、饮食不规律、内分泌失调等原因造成。从市妇幼保健所近年来对女性健康普查和门诊检查的情况来看,目前女性患乳腺增生的比例达75%左右。此外,白领女性经常久坐不动,容易导致下半身血液循环不畅,造成盆腔内气血循环不畅,致使女性原有的某些妇科疾病问题加重。

杨开宇表示,现代很多女性往往面临着工作、结婚、生育等环境变化巨大,心理上也处于波动的时期。加上女性性还有特定的生理周期,因荷尔蒙平衡

的缘故容易导致精神不稳定,所以职场女性特别容易感受到压力的存在,各种因压力导致的疾病也越来越多。伴随着女性肥胖、内分泌紊乱的现象问题一长,高血压、高血脂等“三高”问题也会紧随而来,脂肪沉积在血管,也更容易诱发心脑血管疾病。

因此,合理处理好压力,注意生活规律是职场女性减少“职业病”的关键。杨开宇建议,职场女性一定要“管住嘴、迈开腿,保证一定的运动时间”。也就是说,日常生活要注意饮食均衡,不要吃过油腻、含太多热量的食物,注意荤素搭配,多吃水果,另外还要经常运动,保证充足的睡眠时间,遇到压力时学会自我减压。



调换后的微波炉在半个月后又出现问题,消费者要求退货遭拒。市消协支持商家的说法——

## 超出15天,或换或修

本报记者 徐冰沁

新调换的微波炉又出现问题,市民黄先生要求超市予以退换,超市不同意。这让黄先生十分郁闷。

黄先生2月10日在我市某大型超市购买了一台标价469元的格兰仕微波炉。回家后发现微波炉的门总是不严,第三天他去该超市重新换了一台。不料,最近这台微波炉又开始“罢工”。“里面的灯不亮了,温度也上不去,东西根本热不暖。”

于是,黄先生拿着微波炉再次要求超市予以退货。超市方表示,购买已经超过15天,超出允许退货的期限。黄先生可以调换或自行拿去维修,维修费用可由超市方承担。黄先生对此表示不满,遂进行了投诉。

启东工商局相关科室对此事作了一番调查,向黄先生说明,根据《部分商品维修更换退货责任规定》,在三包有效期内,产品自售出之日起7日内,发生性能故障,消费者可以选择退货、换货或修理;15日内发生性能故障,消费者可选择换货或者修理,但不能进行退货处理;超过15日只能进行维修,但若是同一问题维修2次以上未予解决,可与厂方协商进行换货处理,但已使用过的商品按规定收取折旧费。

黄先生对此解释表示认同,但对这台微波炉的质量提出质疑。超市客服人员分析说,所有的商品离柜前,都是经过工作人员检测无误后再交给顾客的,黄先生购买的微波炉也很有可能是使用时操作不当造成了性能故障。

### ■消协提醒

市消费者协会秘书长陈艺丹表示,消费者务必注意家电产品的退货、换货和修理的时间限制,发现问题及早处理,否则就会出现像黄先生这样的情况。同时,发票、三包凭证等物证要妥善保管好,方可进行投诉。

今年3月15日即将实施的新《消费者权益保护法》中对家电产品的规定有所变更。一、原先只规定部分商品有退、换和修理的权利,现在全部商品都将列入该规定内;二、原先保修日期为开具发票之日起,现为消费者收到商品之日起;三、对于耐用商品,消费者在6个月之内对商品提出质量疑问,由经营者进行取证等。“消费者要注意《新消法》中的变更之处,以便更好地维护自己的权益。”陈艺丹提醒广大消费者。



为确保全国“两会”召开期间车站秩序稳定,启东飞鹤公交分公司提高安全防范等级,加强车站安保措施,确保突发事件紧急处置。图为车站安检区域一角。  
张璠玲 郁卫兵摄

## 又到江刀肥美时

当前捕捞量不大,价格低于去年同期

本报讯 又到刀鱼肥美时。近日记者从我市多个渔港码头了解到,渔民们都在忙着捕捞刀鱼。不过,今年的刀鱼价格并不看好,目前批发价格每斤在800元左右。

“长江刀鱼什么时候开捕,主要与气候、捕鱼有关系。”近海镇小闸口村与捕鱼打了10多年交道的渔民顾新介绍说,对长江刀鱼来说,比较适宜的水温是5℃以上,最高不超过20℃。当前至清明前是最佳捕捞期。若想吃上最为鲜美的长江刀鱼,顾新建议市民可在清明前购买。民间有“清明前鱼骨软如绵,清明后鱼骨硬似铁”的说法,就是说清明节前的长江刀鱼最为鲜美,有“天下第一鲜”的美誉。

长江刀鱼虽然鲜美,不过其昂贵的价格还是让大多数市民望而却步。那么,今年长江刀鱼的价格怎样呢?

“我认为今年江刀的价格可能比去年低一些。”顾新表示,长江刀鱼的行情主要跟当年的产量有关。顾新举例说,去年开捕初期,江刀每斤批发价格2600多元,之后随着江刀数量的增加每斤价格降到了1000多元,一度降到了几百元。顾新坦言,“八项规定”的执行,也促使江刀价格的下跌。“这几天,每天只能捕到几斤江刀,每斤批发价格一般在800元左右。”

记者从市区部分餐馆了解到,目前餐馆的刀鱼已经供应了一周左右。“我们一般是从渔船上直接进的货,除了一些大个头的江刀批发价每斤在1800元左右,一般的平均进货价每斤在1000元左右,较去年便宜了1000多元。”某餐馆老板介绍,由于现在刀鱼的捕捞量不多,餐馆每天的进货量约十几斤。

(朱俊俊)



酿酒规模 冠领全国

洋河酒 新奉献

5A级 海之蓝

5A 更绵柔



总经销：启东市轩明酒业 地址：民乐中路 813 号（和平路与民乐路口）电话：18951339993