

## 不管你想或“不享”，假期都在那里

快报记者 刘峻在新街口为你报道

超负荷工作成“杀手”，调查显示：

# 一周双休 六成人没享受过

朝九晚五，一周双休，每年还能带薪休假，你的工作是这样的吗？应该说，这是许多人的梦想。昨天，2011年首届国际企业人力资源健康管理高峰论坛在南京召开，记者在会上了解到，慈铭体检联合中国医师协会HMO、中国医院协会等40余家机构共同对30多个行业的人群进行了健康调查。从涉及范围达几百万人的调查结果来看，六成人没有真正双休过。

## 六成人没有真正双休过

据悉，此次调查面向IT、银行、证券等30多个行业。调查结果显示，以血脂异常、脂肪肝、超重、高血压、高血糖、肝功异常等指标为标准进行横向比较，制造业、金融业和教育业人群健康透支最严重，体检异常顺位前十的依次还有媒体、法律、IT、交通运输、广告、快速消费品行业和房地产业。

中国城市健康状况大调查组委会主席胡小红博士表示，造成各行业健康透支的原因主要可以概括为四点：一是超负荷工作，调查显示七成人工超8小时，六成人无双休，三成人需要加班，且加班时间长；二是缺乏锻炼，半数职场人群从不参加锻炼；三是饮食结构不合理，偏食肉类、重口味的食物，少食蔬菜；四是健康意识不足，有三成人完全不体检。慈铭体检集团从此次体检人群中分析得出，仅有3%的人处

于健康状态，97%的人处于疾病或亚健康状态。

## 咬牙，只为“熬出头就好了”

王红（化名）是一家科技公司的外贸经理，部门要扩大招人，今年她从年初开始就忙，先是找办公地点，然后是装修，之后是谈业务。

她告诉记者：“公司因为忙不过来，工厂里所有的工人都是只休息一天的，我跟老总建议能不能给员工休息两天，老总倒是同意了，但是基本上双休就没有正常过，在家最害怕就是电话铃响，一响就意味着假期泡汤。”在王红周围，多数都是无双休的，能有一天就很不错了。王红以及其他职场加班人，都在“咬牙坚持”，他们认为“坚持就是胜利”“熬出头就好了”。

## 职场潜规则遍布各行业

很多人不知道，双休日制度是从1995年开始的。不过，并不是各行各业的人都能享受到这个假期。在网上，不少人称“无双休”“工作超过八小时”已经成为职场潜规则，在许多行业，从业者不加班，意味着你不够敬业，八小时工作制实际上名存实亡。目前，在不少行业，加班不仅限于工作日，像双休日、五一、十一等法定假日与不少私营、外企从来就不“沾边”。而在出租车、餐饮、娱乐等行业，从业者早已无白天黑夜、假日非假日之分。



漫画 张冰洁

# 振阳疗法挽救障碍男

家在安徽芜湖的李先生，多年来一直在南京打拼事业。因全心扑在工作上，对于夫妻生活一直都草草了事，对于妻子抱怨也没有放在心上。直到有一天妻子的离婚协议书摔在自己面前时候，才知道事态严重。究其原因是李先生在夫妻性生活中不能满足妻子。无奈，李先生不想家庭破碎，便开始漫漫求医之路。然而各地诚心求医并没有让李先生病情有所好转，反而因为心理负担，更加情欲寡淡。一次偶然的机会，李先生经朋友介绍来到南京金陵男科医院，该院男科专家张鹏主任医师亲自接诊。

经过详细的检查及询问后得知，李先生从结婚至今一直都存在性功能障碍，属于原发性的性功能障碍。而其之前的求医治疗并无科学性而言，西药、物理治疗的胡乱使用，使得病情更加严重，并且导致恢复治疗也更加困难。针对李先生这个问题，张主任采用振阳系列中药治疗方法。南京金陵男科医院是全国首家专业男科医院，该院自主研制了振阳系列、助孕系列等多种各色中药。经过了一个疗程服用后，李先生明显感觉到自己性功能方面有所改善，但是张主任提醒到，不

能因为有所改善就停止治疗，对于中药治疗一定要坚持服用，这样才能保证疾病的彻底解决。

张鹏主任解释到，从脏象学说考虑，除肝主疏泄与肾藏精并寄相火外，肝脉前终阴器与肾主二阴对治疗本病亦相当重要。所以治疗性功能障碍疾病必须重视调养肝肾。中医认为肝肾同居下焦，且同寄相火，体阴用阳，肾水与肝木为母子关系。疏调肝气有利于肾精的闭藏，而肾精闭藏则可滋养肝阴，使肝气条达不郁。中医还有泻肝即是泻肾的治法；有养肾即是补肝的治法，例如，相火偏亢所致的阳强，清泻肝火即是一种有效的治法；水不涵木所致的早泄，滋水涵木也常取得良效。比如男子不射精、逆行射精、女子交接出血、梦交等，无不与肝肾有关。所以，在选方用药方面，偏于调养肝肾二经的方药较多。如地黄类方剂（六味地黄、知柏地黄、杞菊地黄、附桂地黄）。与柴胡类方剂（柴胡疏肝散、消遥散）。还有调养肾精的大补阴丸、左归丸、右归丸；舒活肝经气血的少腹逐瘀汤、血府逐瘀汤，清泻肝热的龙胆泻肝汤等。

南京金陵男科医院首推以中医的方式治疗男性性功能障碍，在日常接诊，该院



专家发现，许多患者服用西药的效果并没有乐观的表现，经过临床研究发现中药除了有排毒之功效，一般身体素质差的患者服药后会感觉有力，性功能会增强。药通过血液循环起到治疗作用，而中药是通过遍布全身的经络起到作用，人体通过经络遍布全身，有规律的循环，错综复杂的经络交会，把五脏六腑四肢百骸、五官九窍、皮肉筋脉等组织联结成一个有机的整体。

张鹏主任强调到，中药治疗性功能障碍效果好，但是其时间要长一点。在他的接诊中，不难发现一些因为服用一段时间中药后，病情有所改善的患者突然暂停服药，导致前功尽弃。所以在利用中医治疗性功能问题的时候一定要坚持服用，完成医生所建议的疗程，这样才能彻底解决病症。

南京金陵男科医院健康咨询电话:025—52422222  
84711780  
网址:www.zhnk.com  
默 默

## 南京首届近视亮眼摘镜节

# 理想从心中放飞 飞秒引学子圆梦

“亮计划”——南京爱尔眼科“告别近视、亮眼摘镜”暑期季活动

## 免200元检查费

南京首届近视亮眼摘镜节，200元近视18项术前检查免费：

## 飞秒激光、蓝调酷眼双剑合璧，预约优惠2500元

1. 预约飞秒激光联合“蓝调酷眼”准分子激光手术优惠2500元；

2. 中国大陆第一位开展“飞秒激光”手术专家蒋炎云博士领衔手术团队；

## 全国无限次免费复查

1. 爱尔眼科全国近40家连锁眼科医院，提供近视手术无限次免费复查；  
2. 所有在南京爱尔眼科手术的准分子手术患者可免费加入“准分子会员俱乐部”，推荐会员享受更多优惠及积分礼兑活动。

## 外地高考生预约手术，2人2天免费住宿

预约准分子激光手术的外地考生，南京爱尔眼科将提供2人2天免费住宿。

咨询热线: 300015

乘车路线: 中巴: 11路、12路、21路、22路、24路、26路、30路、31路、32路、33路、34路、35路、36路、37路、38路、39路、40路、41路、42路、43路、44路、45路、46路、47路、48路、49路、50路、51路、52路、53路、54路、55路、56路、57路、58路、59路、60路、61路、62路、63路、64路、65路、66路、67路、68路、69路、70路、71路、72路、73路、74路、75路、76路、77路、78路、79路、80路、81路、82路、83路、84路、85路、86路、87路、88路、89路、90路、91路、92路、93路、94路、95路、96路、97路、98路、99路、100路、101路、102路、103路、104路、105路、106路、107路、108路、109路、110路、111路、112路、113路、114路、115路、116路、117路、118路、119路、120路、121路、122路、123路、124路、125路、126路、127路、128路、129路、130路、131路、132路、133路、134路、135路、136路、137路、138路、139路、140路、141路、142路、143路、144路、145路、146路、147路、148路、149路、150路、151路、152路、153路、154路、155路、156路、157路、158路、159路、160路、161路、162路、163路、164路、165路、166路、167路、168路、169路、170路、171路、172路、173路、174路、175路、176路、177路、178路、179路、180路、181路、182路、183路、184路、185路、186路、187路、188路、189路、190路、191路、192路、193路、194路、195路、196路、197路、198路、199路、200路、201路、202路、203路、204路、205路、206路、207路、208路、209路、210路、211路、212路、213路、214路、215路、216路、217路、218路、219路、220路、221路、222路、223路、224路、225路、226路、227路、228路、229路、230路、231路、232路、233路、234路、235路、236路、237路、238路、239路、240路、241路、242路、243路、244路、245路、246路、247路、248路、249路、250路、251路、252路、253路、254路、255路、256路、257路、258路、259路、260路、261路、262路、263路、264路、265路、266路、267路、268路、269路、270路、271路、272路、273路、274路、275路、276路、277路、278路、279路、280路、281路、282路、283路、284路、285路、286路、287路、288路、289路、290路、291路、292路、293路、294路、295路、296路、297路、298路、299路、300路、301路、302路、303路、304路、305路、306路、307路、308路、309路、310路、311路、312路、313路、314路、315路、316路、317路、318路、319路、320路、321路、322路、323路、324路、325路、326路、327路、328路、329路、330路、331路、332路、333路、334路、335路、336路、337路、338路、339路、340路、341路、342路、343路、344路、345路、346路、347路、348路、349路、350路、351路、352路、353路、354路、355路、356路、357路、358路、359路、360路、361路、362路、363路、364路、365路、366路、367路、368路、369路、370路、371路、372路、373路、374路、375路、376路、377路、378路、379路、380路、381路、382路、383路、384路、385路、386路、387路、388路、389路、390路、391路、392路、393路、394路、395路、396路、397路、398路、399路、400路、401路、402路、403路、404路、405路、406路、407路、408路、409路、410路、411路、412路、413路、414路、415路、416路、417路、418路、419路、420路、421路、422路、423路、424路、425路、426路、427路、428路、429路、430路、431路、432路、433路、434路、435路、436路、437路、438路、439路、440路、441路、442路、443路、444路、445路、446路、447路、448路、449路、450路、451路、452路、453路、454路、455路、456路、457路、458路、459路、460路、461路、462路、463路、464路、465路、466路、467路、468路、469路、470路、471路、472路、473路、474路、475路、476路、477路、478路、479路、480路、481路、482路、483路、484路、485路、486路、487路、488路、489路、490路、491路、492路、493路、494路、495路、496路、497路、498路、499路、500路、501路、502路、503路、504路、505路、506路、507路、508路、509路、510路、511路、512路、513路、514路、515路、516路、517路、518路、519路、520路、521路、522路、523路、524路、525路、526路、527路、528路、529路、530路、531路、532路、533路、534路、535路、536路、537路、538路、539路、540路、541路、542路、543路、544路、545路、546路、547路、548路、549路、550路、551路、552路、553路、554路、555路、556路、557路、558路、559路、551路、552路、553路、554路、555路、556路、557路、558路、559路、560路、561路、562路、563路、564路、565路、566路、567路、568路、569路、561路、562路、563路、564路、565路、566路、567路、568路、569路、570路、571路、572路、573路、574路、575路、576路、577路、578路、579路、571路、572路、573路、574路、575路、576路、577路、578路、579路、580路、581路、582路、583路、584路、585路、586路、587路、588路、589路、581路、582路、583路、584路、585路、586路、587路、588路、589路、590路、591路、592路、593路、594路、595路、596路、597路、598路、599路、591路、592路、593路、594路、595路、596路、597路、598路、599路、600路、601路、602路、603路、604路、605路、606路、607路、608路、609路、601路、602路、603路、604路、605路、606路、607路、608路、609路、610路、611路、612路、613路、614路、615路、616路、617路、618路、619路、611路、612路、613路、614路、615路、616路、617路、618路、619路、620路、621路、622路、623路、624路、625路、626路、627路、628路、629路、621路、622路、623路、624路、625路、626路、627路、628路、629路、630路、631路、632路、633路、634路、635路、636路、637路、638路、639路、631路、632路、633路、634路、635路、636路、637路、638路、639路、640路、641路、642路、643路、644路、645路、646路、647路、648路、649路、641路、642路、643路、644路、645路、646路、647路、648路、649路、650路、651路、652路、653路、654路、655路、656路、657路、658路、659路、651路、652路、653路、654路、655路、656路、657路、658路、659路、660路、661路、662路、663路、664路、665路、666路、667路、668路、669路、661路、662路、663路、664路、665路、666路、667路、668路、669路、670路、671路、672路、673路、674路、675路、676路、677路、678路、679路、671路、672路、673路、674路、675路、676路、677路、678路、679路、680路、681路、682路、683路、684路、685路、686路、687路、688路、689路、681路、682路、683路、684路、685路、686路、687路、688路、689路、690路、691路、692路、693路、694路、695路、696路、697路、698路、699路、691路、692路、693路、694路、695路、696路、697路、698路、699路、700路、701路、702路、703路、704路、705路、706路、707路、708路、709路、701路、702路、703路、704路、705路、706路、707路、708路、709路、710路、711路、712路、713路、714路、715路、716路、717路、718路、719路、711路、712路、713路、714路、715路、716路、717路、718路、719路、720路、721路、722路、723路、724路、725路、726路、727路、728路、729路、721路、722路、723路、724路、725路、726路、727路、728路、729路、730路、731路、732路、733路、734路、735路、736路、737路、738路、739路、731路、732路、733路、734路、735路、736路、737路、738路、739路、740路、741路、742路、743路、744路、745路、746路、747路、748路、749路、741路、742路、743路、744路、745路、746路、747路、748路、749路、750路、751路、752路、753路、754路、755路、756路、757路、758路、759路、751路、752路、753路、754路、755路、756路、757路、758路、759路、760路、761路、762路、763路、764路、765路、766路、767路、768路、769路、761路、762路、763路、764路、765路、766路、767路、768路、769路、770路、771路、772路、773路、774路、775路、776路、777路、778路、779路、771路、772路、773路、774路、775路、77