



## 大考在即，“抱佛脚”、吃“补药”真的有用吗？

# “命运属于自己，成功依靠努力”

高考在即，日前六安市毛坦厂中学发布了通知，提醒广大家长不参与烧香拜佛、卜卦算命等封建迷信活动，鼓励考生“命运属于自己，成功依靠努力”“幸福都是奋斗出来的”……记者了解到，每逢高考之际，居然都会有不少考生和家长去寺庙里烧香拜佛，求神庇佑。

除此之外，为了孩子能有个“超强大脑”应对复习和考试，各种保健品、“聪明药”也应运而生，吸引着家长们的目光。他们究竟烧的是香，还是焦虑？吃的是补药还是安慰？专家提醒，最后的冲刺阶段，平常心比“求神拜佛”等封建迷信活动更重要，考试期间也尽量不要盲目服用药品和保健品。

□ 记者 吴善良 汪婷婷 文/图



高三班级一角

### 案例

## 陪读妈妈竟然“组团算命” 考生直言无奈

临近高考，在宿松中学附近陪读的张大姐比平时更忙了。原本只负责照顾好孩子日常食宿的她，最近还要忙着和陪读妈妈们组团去“算命”，为孩子求个好成绩。

“我其实不怎么相信这些东西的，但周围的考生家长都在弄，感觉自己不参与就像没有帮到孩子一样，其实就是图个心理安慰吧。”张大姐告诉记者，因为自己文化水平有限，每天看着孩子忙得天昏地暗，自己却使不上劲，只能干着急，所以就想着从其他方面帮助孩子。

张大姐的儿子小李却对母亲的行为感到很无奈，他告诉记者，这些“陪读算命团”并不是算过一次命就结束，而是只要听到哪里有“高人”，就跑过去求指点。“去了一次又一次，有时候一整天才回来，我中午放学回来只能自己煮饺子吃。”小李说。

小李还告诉记者，自己有几夜半夜发现母亲在家偷偷烧纸求“神”，尽管有过沟通，但母亲仍旧“执迷不悟”，“我的心态一直都还好，但她们老是这样偷偷摸摸、神神叨叨，搞得我也蛮有心理压力的。”同样的情况在省城合肥也每年都在上演。记者近日走访了合肥市明教寺、开福寺等地，发现前来烧香拜佛的人中不乏即将大考的学生和家长，每逢农历初一和十五，寺庙的香火更旺。

### 走访

## 药店安神补脑保健品走俏

除了求神拜佛祈求心理安慰，每逢中高考，家长们还会把目光投向保健品市场。记者走访合肥多家药店发现，号称可增强记忆力、有助于安神睡眠的保健品连日来销售量激增，很多前来咨询购买的都是考生家长。

在合肥市淮河路步行街上的大型药店，记者表明了想为高三考生买“补脑”药品的诉求，店员立马从货架上拿起一款“DHA海藻胶囊”，价格198元，每天吃一粒，一瓶是一个月的量。据介绍，这款保健品有助于提高睡眠质量，提高记忆力及学习能力等，是该药店最近最为畅销的保健品。

记者观察到，同一家店内的同款DHA胶囊价格差异较大，从168元到548元不等，但配方和用量几乎相同。“贵点的是进口的，效果差不多。”店员介绍说。

在其他几家药店内，同样，首推的是DHA胶囊，还有各种植物蛋白等保健品，价格也都在三四百元。“马上高考了，每天都有好多人来买，我们楼上的经理也给她孩子买了，再不买就来不及了！”一家药店的店员对记者说。



高高的书堆背后是对梦想的执着



祈福红丝带

### 心理专家

## 平常心比“求神拜佛”更重要

“从某种意义上来说，求神拜佛有可能会舒缓紧张情绪，增强信心，但这种减压方式并不具有普遍性，且一旦把握不好度，容易过犹不及。真正能够帮助考生应对高考的，只有靠平时的点滴积累。用汗水成就的信心，比任何形式的求神拜佛都靠谱得多。”安徽省心理咨询师协会秘书长王文君表示，过分重视心理安慰，有时候非但不能给考生减压，反而会形成一种心理暗示，给考生带来压力，不利于考生正常发挥。

王文君强调，应对中高考，最重要的是保持一颗平常心。面对考试，考生要客观衡量自己的实力，提前做好心理准备，尽全力去应对即可。而对于家长而言，不宜过度关注，以免好心帮倒忙，反而给孩子增加不必要的心理压力。

### 医生建议

## 考试期间尽量不要乱服药

“如果吃药打针能提高成绩，那样学生们也不用认真学习，都去吃药打针就好了。”安徽中医药大学第二附属医院脑病二科副主任医师王涛表示，每年高考前几个月，都有许多家长前来咨询如何用药提高成绩，事实上，如果孩子没有什么问题的话，医院一般不建议给孩子用药。

据介绍，有的家长为了提高孩子成绩，又是购买药品，又是给孩子打针，“事实上，这些药物用得对的话可能有点好处，用得不对，可能适得其反。”王涛解释，无论中药还是西药均有一定的药理毒性，考生在没有任何病症的情况下，不宜盲目服用中药和保健品。

至于网上流传的“聪明药”，看似“神药”，实则“毒药”。“这些所谓的‘聪明药’属于管控类精神药品，长期服用不仅会产生依赖性，还会对大脑造成损伤。”王涛说。

因此，王涛建议，考生在考试期间尽量不要乱服药，如果需要用药，在用药前要咨询专业医师，让医生根据具体病情开处方，不要随意在网上购买药物，以免买到假冒伪劣药品，造成更大危害。