

是“神器”还是“安慰剂”？

——中学生“体考神器”调查

□新华社记者 郑明鸿

近期，全国多地陆续进入中学体育考试时间，一些号称可以帮助考生提高成绩的氮泵类产品又“重出江湖”。专业人士介绍，在体考时服用此类产品对成绩提升的帮助并不大，更多是起到心理安慰作用，而且服用过量还可能会出现不良反应，对体考成绩和身体健康造成不良影响。

“体考神器”受追捧

“体测专用，跑步更快”“冲刺体测，快人一步”“一瓶就可以开挂考试”……记者近日以“体考神器”“体测提速药剂”等为关键词，在多个电商平台搜索发现，售卖此类产品的商家众多，多数产品的简介中包含“氮泵”二字。

据了解，这类产品多为复合配方产品，主要成分包括咖啡因、肌酸等。然而，这些产品的质量和成分含量千差万别，有些60毫升装的产品中，咖啡因的含量可高达180毫克。一些商家声称，这些产品适用于短跑、中长跑等多个项目。根据店铺主页信息，有的相关产品已卖出数万单。记者分析店铺评论区留言发现，购买者包括体训生、体育爱好者和学生家长等不同群体。

一些商家在主页标明产品适用于“成人”，但记者以买家的身份咨询时，客服回应称，14岁以上的中学生可以

服用。另一家店铺的客服则称，10岁的孩子也可以使用，“年龄小注意用量就可以，心脏病等各种疾病咨询一下医生再用”。

“产品没有副作用，都经过了食品安全检测。如果担心没有效果，可以多买一份提前试试，避免考试当天出错。”一家店铺的客服说。

可能导致诸多不良影响

据业内人士介绍，“氮泵”是一种被一些运动员和健身爱好者使用的营养补剂，属于食品类，而非保健食品，仅适用于具有特定需求的人群。

贵州省人民医院临床营养科医生彭子豪介绍，“氮泵”是一种富含咖啡因、各种维生素以及部分能量物质的运动补剂，常被运动员用于增强运动表现，未成年人，尤其是初中生使用确实存在一定的风险。以咖啡为例，每天的摄入量有比较严格的要求，摄入过量可能会出现头晕、心动过速等不良反应。

贵州省第二人民医院临床营养科医生唐毅介绍，相关研究表明，儿童和青少年对咖啡因代谢能力较弱，即使是摄入少量咖啡因，也可能对他们的身体造成不好的影响，甚至导致中毒。过多摄入咖啡因可能会对青少年的睡眠质量、神经系统的认知功能等方面造成危害。因此，应慎重对待咖啡因的摄入量。

“从运动生理学的角度来说，中小学生的心理承受能力还不够成熟，提前接触这种兴奋类产品，多多少少可能会对他们的身体造成一些危害。”贵州省川中学体育教师刘辉说，他不建议中小学生学习喝“氮泵”类产品。

有业内人士还指出，中学生喝了“氮泵”类产品可能会影响睡眠，进而影响发育。多名医务工作者公开表示，初中生正处于身体发育期，机体发育尚未成熟，对咖啡因等兴奋性的物质比较敏感。如果短时间内摄入过量，可能会引起机体过度兴奋，导致肌肉震颤，严重时甚至会出现肌肉抽搐，还可能会影响情绪，导致焦虑和易怒。

在相关店铺的评论区，有网友称，其孩子服用相关产品后出现腰酸等症状。一位博主在某平台发布的视频显示，他买来多款“体考神器”，由他本人及另外3名成年男性进行测试。他本人服用一款“体考神器”后，出现全身发麻等症状。

提高成绩功在平时

受访者认为，家长应对通过服用“氮泵”类产品来提高体考成绩持审慎态度。彭子豪表示，通过服用“氮泵”类产品来提升体考成绩的可能性不大。“咖啡因可以提高人体的感知能力，帮助我们保持头脑清醒。服用这类产品只是可能会提高当天的运动表现，但并

不会超出自身的水平。”他说，服用相关产品可能主要是起一个心理安慰。

刘辉经常参加马拉松和越野跑等赛事，平常训练量较大。他说，服用“氮泵”类产品后，他并未感觉身体的兴奋度有明显增加，“最主要还是在心理上起个安慰作用”。

彭子豪认为，要提升中考体育成绩，最重要的是要有规律的运动和健康的饮食，需要持续的体育锻炼，才能提高运动能力。家长平时应该多注意，帮助孩子养成爱运动、勤锻炼的好习惯，切实增强体质，而不是在体考前剑走偏锋。

在刘辉看来，体育锻炼和文化课学习一样，平时多付出一点，训练刻苦一点，考试时就多收获一点，临近考试想要借助外部力量来提升成绩有些不切实际。

贵州省务川县教体局局长申修刚提出了系列建议：首先，学校开足开齐体育课，留足时间供学生锻炼身体，以提升运动能力；其次，加强宣传，告知学生及家长使用此类产品的副作用；最后，严格执行考试纪律，明确规定不得使用此类产品。

此外，申修刚等受访者还指出，可以改革当前初中体育考试的组织形式，降低学生和家长的焦虑，避免他们产生使用相关产品的念头。比如，采取平时运动表现和考试成绩相结合的方式，综合评定考生的最终体考成绩。

(新华社贵阳4月24日电)

进一步全面深化改革 不断谱写中国式现代化重庆篇章

(上接第一版)

习近平指出，重庆是我国面积和人口规模最大的城市，要深入践行人民城市理念，积极探索超大城市现代化治理新路子。加快智慧城市建设步伐，构建城市运行和治理智能中枢，建立健全“大综合一体化”城市综合治理体制机制，让城市治理更智能、更高效、更精准。扎实推进党建引领基层治理，坚持和发展新时代“枫桥经验”，深化城乡精神文明建设，推进移风易俗，提高全社会文明程度。全面推进韧性城市建设，有效提升防灾减灾救灾能力。

习近平强调，重庆集大城市、大农村、大山区、大库区于一体，要大力推进城乡融合发展。积极推进以县(区)城为重要载体的新型城镇化建设，有序引导、依法规范城市工商资本和科技、人才下乡，助力乡村全面振兴。抓牢抓实粮食生产，依山就势发展生态特色农业。学好用好“千万工程”经验，因地制宜开展

乡村建设，聚焦现阶段农民群众需求强烈、能抓得住、抓几年就能见到成效的重点实事，抓一件成一件，让农民群众可感可及、得到实惠。巩固拓展脱贫攻坚成果，确保不发生规模性返贫。

习近平指出，要毫不放松坚持党的领导，加强党的建设。巩固拓展主题教育成果，建立健全长效机制，推动党员、干部特别是领导干部增强政治能力，提高工作水平，真抓实干、积极进取，担当作为。持续深化整治形式主义为基层减负，为基层干部干事创业创造良好条件。扎实开展党纪学习教育，引导党员、干部真正把纪律规矩转化为政治自觉、思想自觉、行动自觉。一以贯之反对和惩治腐败，不断铲除腐败滋生的土壤和条件，营造风清气正的政治生态。

中共中央政治局常委、中央办公厅主任蔡奇陪同考察。李干杰、何立峰及中央和国家机关有关部门负责同志陪同考察。

夏江(乌兰察布)环保科技有限公司危险废物处置改扩建项目环境影响报告征求意见稿公示

(一)建设项目名称及概要
1.项目名称:夏江(乌兰察布)环保科技有限公司危险废物处置改扩建项目。
概要:夏江(乌兰察布)环保科技有限公司于乌兰察布市察右前旗平地泉镇泉脑村投资12389.87万元建设危险废物处置改扩建项目,主要建设内容包括刚性及柔性填埋场处置能力增加;电解铝废渣资源化利用车间变更为飞灰利用车间,年处理飞灰3.0万吨;对贵金属综合利用车间贵金属综合利用生产线调整等。
2.主要污染源及拟采取的治理措施
(1)废水:贵金属综合利用车间废水进入废水处理系统经处理后回用于生产;填埋场渗滤液(高浓度)经过焚烧车间二燃室直喷等。
(2)废气:焙烧废气采用“3T+E”燃烧控制技术+二燃室+SNCR脱硝+急冷+干法脱酸+活性炭喷射+布袋除尘+湿法脱酸处理;铝基贵金属废渣催化还原原液及铁皮还原反应废气,贵金属提纯工艺废气由车间“二级碱液喷淋+一级活性炭吸附”装置处理;灰仓粉尘经袋式除尘器处理,制浆废气、调节pH废气、

盐酸储罐大小呼吸废气经二级碱吸收处理。

(3)噪声:对声源设备采取合理布局、选用低噪声设备等措施,减轻噪声对周围环境的影响。

(4)固废:固体废物得到有效处置,对周围环境影响较小。

(二)建设单位名称和联系方式

夏江(乌兰察布)环保科技有限公司 郭总 0474-2263688

(三)承担评价工作的环评机构名称和联系方式

内蒙古生态环境科学研究院有限公司 胡工 18748145860

(四)环境影响报告书征求意见稿

链接: <https://pan.baidu.com/s/1Vh21fuy5AesDsxGh6qEIG> 提取码: srre

(五)征求意见的公众范围:受建设项目影响范围内的公民、法人或者其他组织的代表。

(六)公众意见表的网络链接:

链接: https://pan.baidu.com/s/1rX_IBO9Nyh9mlkObgEXRCQ 提取码: j2kl

(七)提交公众意见表的方式和途径:电子邮件690180006@qq.com。

内蒙古泰禾兴养殖有限责任公司生猪养殖项目环境影响评价公示

(一)建设项目名称及概要
项目名称:内蒙古泰禾兴养殖有限责任公司生猪养殖项目
项目概要:项目主要建设8栋猪舍及粪污处理系统,配套设施洗消中心及生活区
(二)建设规模:年出栏生猪8800头,年出栏生猪17000头
(三)建设单位名称和联系方式
内蒙古泰禾兴养殖有限责任公司
金总:13804717695
(四)承担评价工作的环评机构名称和联系方式
内蒙古蓝卓环保科技有限公司
陈工:15847750963
(五)环境影响报告书征求意见稿及公众意见表的网络链接:
链接: <https://pan.baidu.com/s/10BdD0dI3DYFQq0BvGvBvCw> 提取码:kiby
可至内蒙古泰禾兴养殖有限责任公司查阅纸质报告书。
(六)征求意见的公众范围:受建设项目影响范围内的公民、法人或者其他组织的代表。
(七)提交公众意见表的方式和途径:734595893@qq.com
(八)公众提出意见的起止时间:公示之日起5个工作日。

内蒙古昌泰混凝土有限公司减资公告

根据2024年4月25日股东大会决议,公司拟将注册资本从2600万元减至800万元,现予以公告。债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或担保。
内蒙古昌泰混凝土有限公司
2024年4月25日

卓资县永逸殡葬有限公司减资公告

根据2024年4月25日股东大会决议,公司拟将注册资本从150万元减至10万元,现予以公告。债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或担保。
卓资县永逸殡葬有限公司
2024年4月25日

遗失声明

不慎将开户许可证丢失,核准号:J2030000222202,特此声明。
乌兰察布市北方汽车贸易运输有限责任公司

绘好乡村振兴“新画卷”

(上接第一版)

一件件实事、一件件暖心事办到村民心坎里,村民无不交口称赞“村里有个好支书”。作为党支部书记,金雪瑞不仅紧密联系群众,还不断加强自身建设,带班

子抓队伍,凝聚乡村振兴工作合力。平日工作大事小情他都和村“两委”成员商量,充分听取意见和建议,及时改进自身工作,做到“大事讲原则,小事讲风格”。长此以往形成了良好的工作作风,班子成员

分工明确、团结协作,各自尽最大努力保质保量完成上级下达的各项任务,切实提高了支部班子的凝聚力和战斗力。

“村委的事无小事,事事谋发展;村民的事无小事,事事想致富。”任期已过

半,秉着真心、诚心,金雪瑞倍加努力,每天以饱满的精神状态和热情的工作态度投入到工作中,脚踏实地、扎扎实实地为村民服务,当好乡村振兴的“领路人”,做壮美乡村画卷的“绘就者”。



阔步新征程 再谱新篇章
前进中的乌兰察布电力

商都供电分公司:春查一线成青年员工“练兵场”

□王亚楠

“35kV母线分类保护主要由母线上的避雷器、站内的避雷针进行保护……作业过程中,要牢固树立安全第一意识。”在商都分公司35kV大库变电站,商都供电分公司共产党员冯利军师傅认真地给十几位青年员工“上课”。这是今年商都供电分公司春查现场出现的新气象。

近期,商都县一年一度的电力春季大检查拉开帷幕,春季大检查是对所有重要线路设备进行检查维护,目的是消除缺陷和隐患,确保全县全年

的电网安全稳定运行。近3年,分公司新进大学生有20多人,他们的工作经验、实践能力相对欠缺。春查现场是各路精兵强将展示技艺、大显身手的“舞台”,也是青年员工观摩学习、实践练兵最好的课堂。以此为契机,分公司持续深化“一区一岗两队伍”,创新“党建+传帮带”工作思路,让党员技术骨干在春查现场“传道授业解惑”、示范引领,春查一线成为青年员工成长成才的“练兵场”。

在变压器旁,师傅“手把手”地指导青年员工,师徒面对面交流,现场气氛热烈。“现场关键点、敏感点和风险点都

要提前进行辨识,做好双重把关……”冯利军师傅在生产技术方面有着30多年丰富的实践经验,是大家公认的技术“大咖”。冯师傅规范娴熟的操作方法让在场的年轻员工赞叹不已。“这是我们电力人独有的风采!”“跟着师傅走,不懂就问,学得懂、记得牢。现场操作有书本上学不到的宝贵经验,全流程下来,理论与实际结合,对专业知识有了更深刻的理解和掌握……”去年新入职的大学生马雨欣认真地记笔记,脸上露出收获的喜悦。

“党建+传帮带”让春查现场成为教与学的大课堂,青年员工不仅掌握

了设备检修工艺、操作流程,也提升了安全意识和能力,大家信心满满,对未来充满了憧憬。

“我们瞄准方向目标,以提高青工的实际短板弱项为目的,对标对表促提升、求实效,党员师傅尽心竭力地教,责任感提高了;青工珍惜机会认真学习,自信心使命感增强了,这是企业高质量发展最珍贵的保障,也达到了预期目的。”分管生产的负责人满意地说。

通过以学促练、学练结合等方式,商都供电分公司正助力“新苗”快速成长,为企业及地方经济高质量发展贡献青春力量。

贴心服务暖人心 赋“能”乡村振兴路

□常莎

连日来的降温天气,使察右中旗果蔬大棚用电负荷猛增。为保障果蔬大棚用电安全并协助做好大棚蔬菜御寒工作,察右中旗供电分公司组织党员服务队、党员志愿者深入大棚蔬菜种植基地,对用电设备进行巡视检查,为大棚蔬菜优质生长提供坚强电力保障。

察右中旗大棚蔬菜种植基地有450多亩,拥有温室大棚84座,主要种植经营蔬菜种苗、西红柿、

黄瓜、菠菜等品种,产品供应当地蔬菜市场。

尽管寒天气袭人,但察右中旗蔬菜种植基地的大棚内却暖意融融。正在采摘生菜的种植户武贵良对前来帮助检查用电设备的供电人员感激地说:“我这蔬菜丰收有你们电力人的一份功劳。”

为全力做好蔬菜大棚保暖防寒工作,切实帮助菜农解决困难,分公司党员服务队、党员志愿者主动“零距离”上门开展“安全义诊”服务,他们进大棚为菜农讲解安全用电、节

约用电知识,并根据蔬菜大棚安全用电特点,对低压线路等菜农最关切的问题进行详细讲解,确保菜农用电无忧。

“我们将继续做足各项电力保障措施,以‘满格电’保障大棚蔬菜种植户寒湿天气用电无忧,助力大棚增产增收。”分公司党员服务队队员任海峰说道。

下一阶段,察右中旗供电分公司将进一步加强线路、设备巡视和安全用电宣传力度,常态化开展安全用电检查工作,持续优化营商环境,履行社



会责任,全力保障广大农户用电无忧,助推乡村产业发展,为乡村振兴蓄足“电力”,用心照亮乡村振兴“光明路”。

公交助力消防宣传 筑牢市民安全防线

为进一步营造“习惯安全 人人消防”浓厚氛围,全面提高全民消防安全知晓率和认知度,稳步推进全市消防宣传工作的社会化、群众化和常态化,内蒙古乌兰察布消防救援支队以创新宣传模式、打造宣传阵地,拓宽宣传渠道为抓手,全面构建消防宣传社会化“大格局”。

乘坐公共交通工具出行是现今广大市民外出乘坐最为普遍的交通工具,也是宣传消防安全知识的好阵地。针对这一特点,支队创新宣传形式,统一部署辖区商都、兴和、丰镇、察

右前旗、察右后旗消防救援大队,积极与当地公交公司进行协调合作,依托公交车线路流动性强、客流量大、覆盖面广、影响力大的优势,开展了消防安全宣传公交车,让城市公交车化身流动的消防“宣传站”,成为城市一道靓丽的风景线。以“落实消防责任、防范安全风险”“消防安全齐参加、预防火灾靠大家”等内容为主题,以珍爱生命为主线,普及消防安全常识、学会火灾逃生自救技能为重点,策划制作了一批标语简单实用、百姓通俗易懂、画面美观大方的消防安全宣传广告。同

时还将电动车违规充电、高层住宅疏散通道阻塞、楼道堆放杂物等常见隐患拍摄成消防公益广告植入公交车载电视每天循环播放,从而让乘车民众在上车前、乘车中、下车后能从潜移默化中接受消防安全知识教育,学习更多的消防知识,筑牢思想上的“防火墙”,为做好辖区消防安全工作打下了坚实的基础。目前,全市范围已开通消防主题公交线路12条,设置消防主题科普站(台)36处,运行总里程达218公里。

自消防主题公交车上线以来,消防

宣传员及火焰蓝消防志愿者也会不定期登车,为乘坐公交车的群众普及消防安全常识,开展消防知识问答并发放消防宣传册,将消防安全送到大家的心中。下一步,支队将持续依托“消防+公交”平台,以消防宣传“五进”为拓展和延伸,进一步扩大消防宣传覆盖面,使消防安全理念扎根于群众脑海,全方位营造良好的消防宣传氛围。

