

# 是“神器”还是“安慰剂”？

## ——中学生“体考神器”调查

### “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

近期，全国多地陆续进入中学体育考试时间，一些号称可以帮助参考学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，更多的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。



考生在进行体考跑步项目考试。

险。以咖啡因为例，每天的摄入量有比较严格的要求，摄入过量可能会使人出现头晕、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，中小学生的心脏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。”贵州省务川中学体

育教师刘辉说，他不建议中小学生喝“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，有网民称，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)

## 政企网格“共建共治共享” 精准提升融合服务能力

本报讯 近日，国网吴忠供电公司工作人员走进青铜峡市艾山街社区，推进电力网格服务与政府网格服务深度融合，实现电力与政府网格协调联动、资源共享。

在艾山街社区，该公司建立融合业务流程清单，围绕涉及民生供电服务热点及社区网格员日常服务事项，梳理17项融合

业务。实现自动预警主动报修、系列停电故障事件由被动服务向主动服务的重大转变。同时，加强网格涉电诉求共治，借助网格微信群、社区广播等渠道，实现网格内涉电诉求快速传递、协同响应，确保用电问题在网格中化解，推进政企网格诉求“共治”。

(姚志刚 丁国栋)

## 石嘴山供电 安装智能化设备辅助线路安全

本报讯 近日，国网石嘴山供电公司积极应用智能化设备辅助线路高质量运行，在输电线路上创新试用激光综合驱鸟器和镭射限高防外破预警装置，以提高输电线路运行可靠性。

在石嘴山市平罗县鸟类密集区，国网石嘴山供电公司组织人员在输电线路安装了新型激光综合驱鸟器，可以根据不同地区不同鸟类播放相应的鸟类恐

惧声，有效减少鸟害事故发生。

此外，该公司还在平罗工业园区内选择一基杆塔作为新型防外破设备试点杆塔安装了镭射限高防外破预警装置，当违章机械出现在有效检测范围内的任一位置且越过报警线时，设备就会触发声光警报及抓拍取证。有效防范线路外破故障的发生，保障电网稳定运行。

(邵鑫)