

# 后高考时期：慎防考后综合征

□本报记者 赵锐

2013年的高考已经结束了,相信不少的考生和家长都大大地松了一口气。广大考生进入“后高考时期”,也就是填报志愿和学校发榜与招生工作前的时期。

考试结束的第二天,记者在信高分校门前看到,结束高考的学生们脸上都带着几分轻松的表情,拿着毕业照和考生报考指南三三两两的走在一起。一些家长以为高考一过,考生的心理情绪问题便会减轻,对考生也不再细致关

心。但事实上,尽管高考结束了,考生还要承受许多心理压力,还有很多潜在的心理危机,有些甚至“一触即发”,作为一个特殊的群体,他们此时更需要呵护和关爱。

“虽然高考结束了,还是有些紧张,分数没下来,心里还是有根玄绷着。”“考的不太理想,担心分数下来,父母会责怪自己,这几天一直有些忐忑。”“我要好好地睡两天,再吃一堆好吃的,狠狠地玩一把电子游戏。”采访中,学生们说。

通常认为高中生考前的心理调适很重要,

目的是让他们学会怎样放松,消除紧张、焦虑心理,以平和的心态应对考试。但是我们千万别忽视了学生高考过后心理状态的干预。统计数字显示,高考和中考过后都是各种心理疾病的高发期,尤其是考后综合征。这是因为考前,学生一直处于紧张的备考阶段,心理和身体都处于高度的紧张状态,高考期间学生疲于应考,心理一直处于应激状态。考试后,高考的压力似乎一下子消失了,昨天还千军万马过独木桥,今天就胜似庭前散步,这种巨大的心理落差需要调整。另外,高考虽然结束了,但是还有

报志愿等一系列的事情,会让考生的高考压力由原来自己可以控制,通过自己取得高分来实现梦想,到现在自己不能控制,只能被动地等待。此时如果调适不当,考生就会产生无力感、无助感等悲观消极的情绪。

据心理专家不完全统计,从高考结束到录取结束这段容易被忽视的时间里,60%~70%的高考生会产生不同程度地“焦虑”,近20%的考生会因为过分焦虑而影响了日常生活。在高考后的6~8月三个月内,不论是考生还是家长,期待中伴有焦虑,已经成为一种心理常态。

## 我市将举办第四届全民运动会

本报讯(记者 郝光)按照《全民健身条例》规定,今年是我市全民运动会举办年,我市将于9月23日至26日举办信阳市第四届全民运动会。

市四运会由市政府主办,市体育局等29家单位承办。比赛分为青少年组和成年组两大组别,其中青少年组共有田径、篮球、游泳、乒乓球、羽毛球、武术和体育综合技能7个大项,全市各县区和羊山新区组团参加,设置金牌、总分两大团体奖项和贡献奖。成年组共有篮球、乒乓球、羽毛球、门球、围棋、中国象棋、第九套广播体操(健身秧歌)、体育舞蹈、钓鱼、太极拳(剑)、健身气功、自行车、登山、中长跑14个大项,各县区以及市管各管理区、开发区、市直各单位,中央、省驻信阳各单位,大、中专院校,驻市区企事业单位(含民营企业)均可报名参加,设置金牌、总分两大团体奖项和优秀组织奖。预计全部参赛运动员有3700余人,将是

我市历史上参赛人员最多的一届运动会。

市运会作为我市规模最大、水平最高的综合性运动会,是对全市体育发展水平与实力的集中展示和检阅。举办市四运会,不仅有力推动全市体育事业的发展,对于凝聚人心、鼓舞士气、提升信阳形象等方面也将产生积极影响。市委、市政府对举办市四运会高度重视,今年的《政府工作报告》明确提出要办好市四运会,市政府第八次常务会议专题进行研究,成立了以曹新生副市长为主任,各县区及市直有关单位负责人为成员的信阳市第四届全民运动会组委会,统一领导市四运会各项筹备工作。

市体育局将办好市四运会做为全局重中之重认真部署,据悉,本届市运会开幕式坚持隆重、热烈、节俭的原则,将不安排大型文艺演出,只组织健身爱好者进行体育健身项目展演,突出“为民、亲民、乐民”。



近日,保护南湾湖宣传日暨万人签名活动在新玛特广场举行,倡议市民从我做起,自觉加入保护我们的母亲湖南湾湖的行列。市民纷纷在签名布上签名,并表示将会发动更多身边的人,来一同保护我们的“大水缸”。因为一位年轻的母亲带着小宝宝来签名。

本报记者 张诗琦 摄

## 侥幸心理等于大祸的导火线

□大众时评

□张诗琦

昨日,《信阳日报》民生版刊发了关于我市居民小区消防安全隐患的报道,其中,值得我们注意的是,消防设施、器材是否到位是消防安全的重要因素之一,而更重要的是,这种消防安全意识是否扎根于物业管理人以及居民的心中。很多事例告诉我们,即使消防设备再完善,如果人们总是抱着侥幸心理而忽视了存在的隐患,那么再先进的消防设备可能也无用武之地。

如今人们居住在小区之内,一个什么样的物业管理才是他们所期待的?用一个词来概括就是:负责。笔者曾经在上海一些小区内做过一番了解,他们的物业管理办公室相当负责,问卷调查、工作例会、问题中报、处理反馈等日志做得十分详细,物业管理人员时常登门拜访,将“服务”送到各家各户,对于消防安全的问题,物业经理们常常使用假想的办法,去构思将有何种隐患,然后再去检查和处理。而我们身边的一些小区内,人们不难察觉,经常是居民去请求物业来服务,等居民发现问题后,物业或许还没有留意到,而且有时候物业人员推三阻四“请”都请不来,既是如此,物业与居民究竟谁是“上帝”?

而对小区居民来说,消防安全直接与其生命财产安全挂钩,容不得半点麻痹大意。例如上期报道中,有的居民将易燃垃圾随处丢弃,废弃的木质家具、皮质沙发堆放在狭小的楼道里,消防通道常被占用,等等问题,建一栋楼房需要一年时间,买一套家具需要三个月的工资,而将他们烧毁却只需一个小时。时光不能逆转,东西烧毁了可以再去买,人若烧毁了,要到哪里去“买”?所以,何谓隐患?就是隐藏着祸根,人们明明知道那是种风险,却侥幸而避,遂当隐患变成大祸之时,再去痛批侥幸心理之悔,再去总结经验,岂不荒唐?

我们试想,如果物业公司对居民不负责任,居民再对消防安全隐患毫不在意,那么这个社会是不是又少了一份安全感?在这里,笔者着重谴责两点,其一,一家失火可能使整楼尽毁,那些居民不但要想自己,更要为他人的生命安全着想;其二,古时候还有夜半打更之说,常提醒居民“天干物燥,小心火烛”,而现在的一些小区物业,收了居民的物业管理费,又真真切切地为居民做了多少事?真该好好想想。

### 注销公告

兹有信阳市平桥区瑞丰机械设备有限公司经股东会决议,拟向当地工商部门申请注销,请与公司有关债权人、债务人自公告发布之日起45日内向公司申报债权、债务。特此公告  
信阳市平桥区瑞丰机械设备有限公司  
2013年6月18日

### 声明

兹有信阳市林业工程建设协会社会团体法人登记证书副本(证号:信民社证字第220号),因不慎丢失,特声明作废。

### 河南信息工程专修学院

我院是省教育厅批准成立,2013年与省内其他普通高校合作办学,开设:法律事务、法律文书、警察管理、学前教育等20个专科、本科专业,学生毕业颁发普通专科、本科毕业证书。

**招聘** 因工作需要,面向信阳区域招聘招生工作人员,待遇从优。

联系人:钱老师 电话:13676978601 QQ:563837625  
白老师 电话:13253490508 QQ:704431124 学院电话:0371-60303927

### 省内一流师资,为你的发展插上腾飞翅膀

## 农信社招考培训

豫南教学站:信阳光大成人学校(师院东200米)  
官网:www.hnxygd.com  
电话:6399779 15837657780(梅老师)

**信阳现代男科医院**  
★新农合定点医院★  
专业男科 成就健康男人  
男性健康热线  
0376-6565888  
诊疗科目: 前列腺疾病 泌尿生殖感染 性功能障碍 不孕不育症 微创生殖整形 性健康咨询  
地址:信阳市工区路四里棚 [火车站乘18/16/10路车至四里棚下车即可]

# 信阳协和医院

### 诊疗科目

预防保健科 内科 外科 妇产科 妇女保健科 儿科

耳鼻咽喉科

皮肤病专科 急诊医学科 麻醉科 医学检验科 X线诊断专业

断专业

超声诊断专业 心电诊断专业 中医科 中西医结合科

地址:信阳市工区路600号 电话:6206888

(豫)医广[2011]第06-24-254号

下午场0元收费  
FANJOSY 真爱范特西  
音乐吧KTV  
欢唱热线:0376-6256111 6256222  
地址:信阳市北京路金杯财富大厦(体彩)场汉口公馆隔壁

### 声明

●兹有信阳市宏信石油有限责任公司企业法人营业执照正、副本(注册号:411500100005186),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有徐宏模所有的房屋坐落于浉河区湖大道安置返迁楼东楼1层112号,房屋所有权证号为信房权证浉河区字第043746号,为混合结构1,建筑面积34.59平方米,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有徐宏模所有的房屋坐落于浉河区湖大道安置返迁楼东楼2层2单元204号,房屋所有权证号为信房权证浉河区字第043745号,为混合结构1,建筑面积109.59平方米,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有商城县邵岗镇利全米业加工厂的全国工业产品生产许可证(编号:QS411501028461)副本,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有河南新长城建设有限公司罗长鸣同志安全生产考核合格证(编号:豫建安C[2005]1400432),因不慎丢失,特声明作废。

## 信阳市国有建设用地使用权挂牌出让公告

经信阳市人民政府批准,信阳市国土资源局、信阳市城乡规划管理局决定以挂牌方式出让三幅地块的国有建设用地使用权。现就有关事宜公告如下:

一、挂牌出让地块的基本情况和规划指标要求

编号	土地位置	土地面积(亩)	土地用途	规划指标要求			出让年限(年)	起始价(万元)	竞买保证金(万元)
				容积率	建筑密度	绿化率			
2013-601	信阳工业城城东办事处魏坊村	28331.3	工业	不小于1.0	不大于20%	不低于30%	50	200	165
2013-602	信阳工业城城东办事处刘洼村	35429.5	工业	不小于1.0	不大于20%	不低于40%	50	310	220
2013-603	信阳工业城城东办事处魏坊村	42719.6	工业	不小于1.0	不大于20%	不低于30%	50	200	250

备注:1.上述宗地增价幅度为10元/平方米。  
2.工业用地企业准入条件:必须符合国家和产业政策、行业准入的有关要求。  
环保要求:严格执行环保设施与主体工程同时设计、同时施工、同时投入使用“三同时”制度,确保建设期和生产期间产生的噪音、粉尘、污水固体废物废弃物等达标排放。

工业用地中标人或竞得人凭市政府土地出让方案批准文件、土地成交确认书等资料,依法办理工业项目立项、规划、环境影响评价等有关报批手续,报批手续应在规定时限内完成。由国家环境保护行政主管部门负责审批的环境影响评价文件或由国家发展改革等行政主管部门负责立项的工业项目,报批手续在9个月内完成;由环境保护行政主管部门负责审批的环境影响评价文件或由国家发展改革等行政主管部门负责立项的工业项目,报批手续在6个月内完成。

在规定时间内完成有关报批手续后,签订《国有土地使用权出让合同》和《国有土地使用权出让合同补充协议》。未能按时办理相关报批手续的,按有关规定或约定另行处置拟出让土地。

二、中华人民共和国境外的法人、自然人和其他组织均可申请参加(申请人须持当地检察机关出具的无犯罪记录证明),申请人可以单独申请(凡存在伪造公文骗取用地手续和非法倒卖土地等犯罪行为、非法转让土地使用权等违法行为、因企业原因造成土地闲置一年以上、违背土地出让合同约定条件开发利用土地、擅自改变保障性安居工程用地用途进行商品房开发、拖欠土地出让金等情形之一的企业或个人,在违法违规违约

为处理完毕之前,该企业(包括其控股股东及其控股企业)或个人不得参加土地竞买活动,也可以联合申请,联合申请的,应提交下列文件:

(1)联合申请各方共同签署的申请书;(2)联合申请各方的有效身份证明文件;(3)联合竞买协议,协议要规定联合各方的权利、义务,并明确签订《国有土地使用权出让合同》时的受让人。

三、本次国有建设用地使用权挂牌出让按照价高者得原则确定竞得人。

四、本次挂牌出让的详细资料和要求,见挂牌出让文件。申请人可于2013年6月19日至2013年7月22日,到信阳市行政服务中心四楼“市国土资源局交易中心综合业务”窗口获取挂牌出让文件。

五、申请人可于2013年6月19日至2013年7月22日,到信阳市行政服务中心四楼“市国土资源局交易中心综合业务”窗口向我局提交书面申请,缴纳竞买保证金的截止时间为2013年7月22日17时(经由财政局查证到账为准)。

经审查,申请人按规定缴纳竞买保证金,具备申请条件的,我局将在2013年7月22日17时前确认其竞买资格。

六、本次国有建设用地使用权挂牌地点为:信阳市行政服务中心四楼;接受挂牌报价时间:2013年7月9日9时至2013年7月24日16时;

七、其他需要公告的事项  
挂牌时间截止时,有竞买人表示愿意继续竞价,转入现场竞价,通过现场竞价确定竞得人。

八、联系方式与银行账户  
联系地址:信阳市行政服务中心四楼“市国土资源局交易中心综合业务”窗口  
联系电话:6369661 6686026  
联系人:杨振辉 杨勇  
账户名称:信阳市财政局  
开户行:信阳市农业银行浉河支行行政区分理处  
账号:796201040008296  
开户行:信阳市建设银行羊山支行  
账号:4100155241005000556  
开户行:中国邮政储蓄银行信阳市新华东路支行  
账号:100227015170010001  
开户行:市工行老城支行  
账号:1718021719049034177  
开户行:信阳银行股份有限公司  
账号:0120111000038012  
查询网址:http://www.landchina.com/

信阳市国土资源局  
信阳市城乡规划管理局  
2013年6月19日

## 鼻窦炎易并发疾病

## 直接影响学习

慢性鼻炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎正困扰着青少年的健康,对他们的成长、智力发育等都有不利影响。而每年中高考结束后至暑期这段时间,都是耳鼻喉科学生的就诊高峰,尤其是具有一定特色和治疗优势的耳鼻喉科更是人满为患。

信阳154中心医院耳鼻喉科的专家表示,鼻窦炎是一种鼻科常见病,以青少年发病较多见。一旦患上鼻窦炎,就会引起头痛、失眠健忘、心烦意乱等症状,也会导致学习成绩下降,注意力不集中,严重影响学生患者的正常生活和学习。专家还特别提醒家长和学生,要时刻关注鼻塞、流涕、头痛等鼻部变化,而且患上鼻窦炎还会引发四大并发症,直接影响学生的学习,应引起重视。

1.易引起高热惊厥。鼻窦炎的危急性非常大,临床上有很多高热惊厥的孩子都患有鼻窦炎和腺样体肥大。这可能是由于感冒鼻窦炎的腺样体肥大的孩子容易感冒发烧,特别是急性鼻窦炎,一般都是39℃以上的高热,所以容易引起高热惊厥。

2.由于青少年患上鼻窦炎后,不懂得怎样擤鼻子,导致分泌物聚集在鼻腔、鼻窦,甚至倒流至咽部,从而引起严重的鼻塞而张口呼吸,导致颌面部发育障碍,使上颌前牙排列不齐,下嘴唇厚,呈现“腺样体面容”。若同时存在腺样体肥大,则导致孩子睡眠时打鼾、拒食及呼吸困难。  
3.鼻窦炎的发病还有可能引起中耳炎,容易导致听力下降,使正处于学习语言阶段的婴幼儿丧失学习语言的能力。所以家长要注意,当孩子感冒时,出现耳朵疼、耳朵闷或者耳朵响的时候,一定要注意,孩子得的可能是鼻窦炎伴中耳炎。  
4.有些小孩患上鼻窦炎后还会引起睡眠、学习以及各种社会活动的障碍,孩子因此不能完全融入同龄人中,而感到孤独、失望、悲伤或愤怒,还可能引起一些行为上的异常。

专家提醒“如果确诊为鼻窦炎,就应给以正确的治疗,这样可及时控制病情的发展,为患者减轻一定的危害,以免影响日常的生活和学习。”信阳154医院耳鼻喉科将最新技术应用到临床,采用“动力回旋技术”治疗鼻窦炎,该技术不开刀、无痛微创、安全彻底,只需几十分钟便可解决难题,全方位满足广大患者的个性化需求。

信阳154中心医院耳鼻喉科专家免费咨询热线6155120