

五星获“年度最佳雇主企业”奖

王健被评为“2009最关注员工发展企业家”

快报讯(记者 史丽君) 昨日,2009年度中国最佳雇主年度评选颁奖盛典在北京隆重召开。五星电器成功获得“2009年度中国最佳雇主企业”大奖,同时五星电器零售总裁王健被评为“2009最关注员工发展企业家”。颁奖盛典上,王健表示,“五星的企业愿景就是让生活更有趣,更舒适。首先就要服务好我们的员工,让自己的员工‘更有乐趣,更舒适’起来,他们才能更好地服务于顾客,并且把这种乐趣和舒适传递给每一位顾客。”

据悉,这两项大奖是人力资源管理领域最高的两项荣誉,在行业内具备最高的权威性。结果是根据2009中国人力资源年度评选委员会经多年最佳雇主调研数据库、北大商业评论、销售与管理、人力资源管理、20多家合作媒体和新浪网、育路网等30多家网络合作媒体的联合调查。记者了解到,五星在业界有两点重大改变:第一是率先打破行业加班潜规则,在行业内首次实施“双休”;第二是积极鼓励员工享受“带薪休假”权利。据悉,从

2008年1月1日起,五星电器实行了新的工作时间,其中最大的变化是早晨9点上班,与上班高峰期错开,一周的工作时间控制在40个小时。不提倡员工加班,如需要加班,则要另外申请。五星此举打破了家电零售行业里经常加班的行业潜规则。2009年4月1日起,五星电器又在行业内首次实行“双休”,推行“5天工作制”。家电流行行业员工无双休的规则由五星率先打破。

五星还大力鼓励员工带薪休假,王健表示,“虽然公司

会对该休而未休的员工进行工资的3倍补偿,但还是鼓励员工休假,在紧张的工作之余放松一下。一些员工以挤不出时间、别人不休自己不好意思休等理由放弃休假是个人观念问题,带薪休假本身就是劳动者一项重要权利,不休假的理由看上去很敬业,其实是对带薪休假的误解。”此外,五星的倾听员工声音的圆桌会议、生日祝福、六一的亲子活动、员工体检等全员培训计划及“伙伴”文化,都令五星更好地吸引人才、用好人才、留住人才。

找遍名医吃遍药 血压就是降不下来 原来是焦虑症在作怪

快报讯(记者 刘峻) 老张今年50岁,去年查出得了高血压。虽然他找遍名医,但血压却一直降不下来,专家最后发现,不是名医没水平,也不是药没效果,而是焦虑症在作怪。

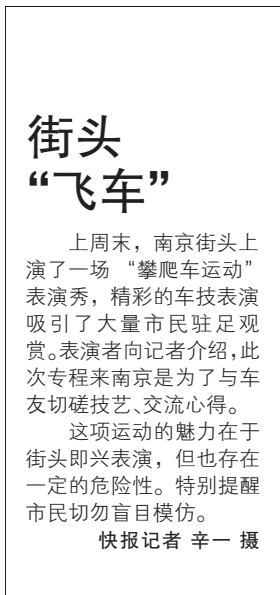
原来,老张在家是全家的支柱,上有80多岁的双亲要侍养,下有一个正在读高中的儿子,老婆前些年下岗待业后一直在家没工作,而老张本人是一家大型外贸企业的中层骨干,去年以来受金融危机影响,公司业务一直不太好,因此,这日子老张觉得越过越没谱。去年有一段时间,他总觉得头疼头晕,到医院一检查,发现有高血压,心里更紧张了。之后老张专门找了比较有名的心脏科专家,专家根据他的情况开出了降压方案。药拿回家后,老张并没有急着吃,而是仔细看了几种药的说明书,他发现这些药物都有副作用,如心动过缓、低血钾、脚肿、咳嗽等等,由于担心药物副作用对自己身体的影响,他决定只吃医生要求剂量的半片,每次吃一片的,他就只吃半片。

开始吃药后,他每天都会自测血压,发现血压并没有明显下降,他更着急了,通过朋友介绍,又找到另一个有经验的专家看。考虑到患者说前面的治疗方案没有效果,这位专家给他换了药,可是他拿到药后,还是先研究这些药的副作用,也不按医生要求的剂量吃。反反复复找了好几位专家,历经一年多,老张的

血压还是没降下来。最近,他来到鼓楼医院心脏科就诊,专家详细问了他的情况,发现问题所在,不是治疗方案没有效果,而是老张从来没有按医生的要求吃药,而且他的情绪似乎特别紧张,便建议他到心理科看看。

鼓楼医院心理科曹秋云主任为老张进行了测试,发现老张患有典型的焦虑症,这便可以解释老张的问题了。曹主任介绍,焦虑情绪本身可以影响血压,导致血压波动。另外,因为焦虑,过分关注药物的副作用,而不按医生要求的剂量服药,也影响了治疗效果。根据老张的情况,心理科为他进行了情绪疏导和抗焦虑治疗。

曹主任说,临床上这样的病例很多,既有躯体疾病,又有心理疾病如焦虑症、抑郁症等,由于心理疾病比较隐匿,患者自己和医生一开始只关注到躯体疾病,发现治疗效果总不好,病情反复甚至加重,最后才发现患者还同时患有心理疾病,心理因素不仅影响病情,还阻碍了正常治疗。因此,如果发现自己的疾病按照专业医生的治疗,效果总不好,或总是过分关注药物副作用,可以找心理科看看自己是否有不良情绪存在,并及时治疗。曹主任解释,专业医生在给患者制订治疗方案时,对药物的副作用都已作了充分考虑,药物的副作用一般都是患者能承受的,如确有疑问可向医生咨询,自行降低药物剂量的行为不可取。



中国性学会发布“男性健康普查”结果——越来越多的男科病祸起手淫

10月28日是男性健康日,中国性学会日前发布的“九次男性健康普查”结果显示:前列腺疾病、泌尿感染、性功能障碍已成为当前危害男性健康的三大高发病。在近几年的普查中,专家发现了一个突出的现象,成年男子、青少年频繁手淫导致男科疾病不断上升。

频繁手淫,小伙得上前列腺炎

26岁的小李,最近很害怕:他发现自己有尿频、尿急的症状,小腹部也开始胀痛。起初他以为是劳累上火导致的,就没有在意。可是后来症状越来越重。他听说性病可以通过洗澡等途径间接传播,联想起前段时间他和同学到洗浴中心放松的事情,他心中没底了。难道是得了性病?惊慌之后,他走进了医生的诊室。

医生发现,小李除了尿频、尿急、尿痛、尿道“滴白”等排尿症状以及轻微的会阴部胀痛外,并没有其他明显的性病症状。经过全面检查,医生确诊小李只是患了前列腺炎。但小李非常诧异,“前列腺炎不都是老年人才得吗?我还不到30岁,怎么会得了前列腺炎呢?”后来,经过医生的仔细询问,小李才说出,自己从17岁开始,就有了手淫的习惯,有时一周手淫两三次。而他年纪轻轻就患上了前列腺炎,和他频繁手淫有很大关系。

南京建国男科医院副主任医师丁学刚说,很多男性都认为前列腺炎是中老年人的专属病,青年人精力充沛、血气方刚,不可能患这种病,其实不然,近年来,前列腺炎年

轻化的趋势越来越明显。引发前列腺炎的原因很多,青壮年时期正是男性性功能旺盛、手淫频繁期,一系列性兴奋的刺激很容易导致前列腺反复充血,继而诱发炎症;其次,青壮年时期也是前列腺分泌最旺盛的时期,这为细菌的生长提供了良好的条件,如果不注意个人卫生,机体抵抗力下降或其他部位发生感染,病原体就会乘虚而入进入前列腺,形成急、慢性前列腺炎。另外,青壮年时期如果不注意生活保健,经常抽烟、喝酒,吃刺激性食物以及长时间骑车、久坐等都会引发前列腺炎。

中国性学会在历届普查中的统计数据表明,前列腺疾病已成为危害男性健康的最大病种,细菌性前列腺炎占42%;非细菌性前列腺炎占25%;前列腺痛和前列腺充血占18%;其他细菌感染占15%。

越来越多的男科疾病祸起手淫

“频繁手淫导致男科疾病的上升,是近几年普查中的突出现象。”丁学刚说,像小李这样,频繁手淫导致的男科病患者越来越多。中国性学会的普查数据显示,20%的前列腺炎,13%的性功能障碍、不育,28%的泌尿生殖感染都是由手淫引起的。

丁学刚说,由于越来越多的成年人和青少年沉迷色情、淫秽杂志、网络图片及视频,导致频繁、重度的手淫现象。频繁的手淫可造成前列腺反复充血,从而引发前列腺炎。手淫对于青少年,可能暂时不会引起前列腺炎,但由于前列腺的长期、反复充血,为成年后前列腺炎埋下了隐患。

频繁、重度手淫的危害远不止于此,手淫对生理和心理等各方面,都会产生不良影响。由于频繁手淫而产生的不正常的心理状态和反复的性刺激对性功能的影响较为显著,导致成年男性出现勃起功能障碍,即ED,严重的还可能影响生育。

生活、事业压力扼杀男人“性趣”

性功能障碍也成为当前危害男性健康的三大高发病之一。34岁的许先生,是一家公司的高层主管。在外人看来,他的婚姻美满幸福,但他的内心有着说不出的痛苦。结婚六年了,他的性生活次数也越来越少,最初是每月一两两次,后来发展到一年只有一两次。最近两年,他都没有和妻子过一次性生活。原因并不在于妻子,而是他变成了阳痿,无法完成一次正常的性生活。渐渐地,夫妻感情出现了裂痕。而许先生也不知道自己何时患上了阳痿。

丁学刚说,中年男子患上阳痿(ED),很多并不是疾病造成的,而是心理因素的原因。生活、事业的压力,把很多都市人送进了亚健康状态,长期工作繁忙、心理紧张,会造成心因性功能障碍,或者对性生活不感兴趣。事业上的压力和心理上的疲劳,是扼杀男人“性趣”的最大“杀手”。

【专家提醒】如何预防男科病?

如何预防男科疾病?丁学刚说,预防前列腺疾病,首先就是多喝水,多喝水不仅可以稀释尿液,还可有效稀释尿液的浓度;其次是不憋尿;第三

就是防止受寒;第四就是避免磨擦,应少骑自行车,更不能长时间或长距离地骑自行车或摩托车。同时,应尽量不饮酒,少吃辣椒、生姜等辛辣刺激性食物,以避免前列腺及膀胱颈反复充血、加重局部胀痛的感觉。

预防性功能障碍,要从生理、心理两个方面入手。高血压、高血脂、肥胖等是性功能障碍的重要因素,因此预防性功能障碍首先是减少摄入高热量的食物,提倡合理膳食;同时,加强体育锻炼,每周最少锻炼5次,每次40分钟以上;戒除烟酒等。

【活动预告】

“第十次男性健康免费普查”即将启动

根据中国性学会的发布,在历年的九次男性健康普查中,全国各普查站共查出各类男科疾病患者70余万人,其中各类前列腺疾病患者达23万多人,占就诊总人数的32%;泌尿感染患者达16万多人,占23%;性功能障碍、不育症患者达14万多人,占20%。前列腺疾病、泌尿感染、性功能障碍已成为当前危害男性健康的三大高发病。统计数据还表明,私企业主、司机、老年人、白领、教师、打工者这6类人群最易患男科疾病。

据悉,中国性学会自2000年启动了每年一次的全国男性健康普查计划,即“男性健康十年普查计划”。中国性学会将于近期启动“第十次男性健康免费普查”,这是“十年普查计划”中最后一次,南京建国男科医院负责江苏站普查工作。

快报记者 刘峻 张星

新兴艺术专业无需“童子功”



艺考咨询会引来不少家长

快报记者 赵杰 摄

快报讯(记者 谢静娟) “听说这些新兴的艺术专业对文化课成绩要求较低,我们就是冲着这个来的。”昨天,南京艺术学院举办了2010年新兴艺术专业的招生咨询会。不需要从小练就“童子功”,对文化课的要求又相对低一些,不少家长和考生把这类专业当成了高考的捷径。昨天,专家们也特别提醒,最近几年来,这类专业对考生的文化课成绩要求也逐渐提高,考生绝对不要忽视了文化课成绩。

来自宿迁沐阳的一位家长告诉记者,女儿的成绩在班里中等,正常高考估计考不到300分。但是听说这类新兴艺术专业对文化课要求相对要低一些,而且也不需要绘画或者是演奏等专业的底子。“看着女儿平时好像蛮喜欢音乐的,就带她来看看。”这位家长坦言,艺术类和普通类不冲突,等于高考录取又增加了一次机会。

来自梅园中学的一位男生告诉记者,他平时喜欢写东西,所以对编导专业很感兴趣,而且这些专业的录取线最终比二本二

不过,包括戏剧影视文学、广播电视编导、文化产业管理等专业在内的新兴艺术专业同样需要进行加试。南京艺术学院传媒学院负责人介绍,比方说,学校的广播电视编导会安排面试,会问考生关于电影电视等各类问题。这就需要高中生平时对电影电视比较了解,要有较强的想象力。对电影电视有兴趣的普通类考生,完全可以报考这类专业。

“不过,除了专业成绩外,考生们也绝不能放松文化课。”南京艺术学院学生处负责人特别提醒考生,现在艺术学院校对考生的文化课要求也越来越高。这类新兴专业的录取一般是专业成绩合格后,按照最终的文化高考成绩排名录取的。2009年高考录取中,这类专业最后的文化录取线都要达到270分~280分以上。因此,考生在在进行艺术专业培训的同时,也绝不能忽视了对文化课的学习。当然了,比起普通类高考,这类专业的录取分还是要低得多,文化课的投档线一般要低于二本二线的25%以上。