

# 网瘫顿觉万事空,白领直挠头

## 不妨培养一些别的爱好,转移这种过分的信息依赖

“哎呀,今天可憋死了!”昨天下午4点,当办公室网络终于畅通时,市民付小姐长长地舒了一口气,赶紧登录MSN、QQ、飞信、淘宝旺旺,查邮箱,上开心网……从早上8点半进办公室,一直到下午,因为网络瘫痪,付小姐和办公室的其他同事“抓狂”了大半天,不知道干什么好。众人感叹:“真不知道以前没有网络是怎么工作的?”



不能上网,什么都干不了 资料图片

### 少了网络,真不习惯

付小姐在新街口一家广告公司工作,主要负责与客户之间的联络、沟通。昨天早上8点半,她准时赶到公司,习惯性地打开电脑,双击桌面上的MSN和QQ程序。但几分钟后,两个都显示登录不上去。付小姐再打开其他的网站,发现什么网都上不了。她还以为是自己的电脑有问题,拿起电话拨打公司的技术部,被告知:公司的网

络暂时瘫痪了,正在修。倒了杯水,付小姐拿起当天的报纸看了起来,一边看,一边不时地尝试登录MSN、QQ,结果还是上不去,“我每天要用这些工具跟客户联系,没事时跟朋友聊聊天,现在不能用了,好不习惯啊!上班也提不起精神。”直到中午,网络也没有修好,其间付小姐打了两次电话给技术部,询问什么时候能修好,结果还被忙得一头火的技术人员奚落了一番:“别人都

不急,就你急!”她就不敢再打了。在等待的时候,付小姐把桌上能看的报纸、杂志都翻了一遍,还电话“骚扰”了两个朋友,“没有网络什么也干不了,真无聊。”

再看别的同事,也都是百无聊赖,闲聊的闲聊,看报纸的看报纸,甚至有个同事告了假,出去逛街了。

### 断网半天,开始抓狂

“没有网络也挺好的,中午可以睡一会儿。”平常午休时,付小姐总是在网上看一些八卦新闻。昨天断网了,这下可好,八卦新闻看不成,工作更没法做,她索性躺到沙发上,小眯了一会儿,两点钟醒来时,觉得神清气爽。满以为网络肯定好了,没想到还是老样子,她开始有些“抓狂”了:“哎呀,怎么办呢?一个客户要传方案给我。”付小姐突然觉得很烦躁,坐立不安。另一个同事也喊道:“邮件也没办法看,人家在催我回邮件呢。”两人只好打电话向对方解释。

等到3点,冒着挨骂的风险,办公室的同事又给技术部打了电话,“完了,技术部之前说半个小时能好,现在都不说时间了,不知道什么时候能好呢。”大家七嘴八舌地议论开来,“还不如回家去工作呢,家里有网络。”付小姐突然冒出一句,“你们说,以前没有网络,怎么工作呢?”大家又讨论开了,“以前没有网络还不照工作啊?现在就是太依赖网络了!”说归说,大家还是不停

地登录MSN、QQ,点击网站,希望网络早点好。直到4点,付小姐的QQ自动登录上线,“网络好了!”她大喊一声,办公室顿时活跃了起来,每个人赶紧上网处理事情。

### 信息焦虑,逼近白领

电话、电脑、电子邮件、MSN、QQ等各种现代化的通讯设备和传播手段给都市人的日常生活和工作带来方便,同时也带来新的困扰。比较典型的例子就是,像付小姐这样的人,当断网时,不知道干什么,心里觉得烦躁、恐慌等,这种现象在心理学界已经有了一个专有名词:信息焦虑症。

专家表示,所谓“信息焦虑症”,是指原本每天都习惯于从网络、电视、电子读物上获取信息的人,突然有一天网络瘫痪了、电视断电了、电子读物无法打开了,这类人会感觉极其不适应。专家指出,这其实就是对网络的过分依赖,以致发展成为一种不健康的心理。培养一些别的兴趣爱好,如听音乐、玩乐器等,都可以转移自己这种过分的信息依赖。

快报记者 陈英

### 图说职场



图解:一只乌鸦坐在树上,整天无所事事。一只小兔子看见乌鸦,就问:“我能像你一样整天坐在那里,什么事也不干吗?”乌鸦答道:“当然啦,为什么不呢?”于是,兔子便坐在树下,开始休息。突然,一只狐狸出现了,狐狸跳向兔子,并把它给吃了。

这个故事的寓意是:要想坐在那里什么也不干,你必须坐(做)得非常非常高。



图解:一只火鸡和一头公牛在聊天。“我非常想到那棵树顶上去,”火鸡叹口气道,“但是我却没有那份力气。”“这样啊,那你吃点我的粪便,那里面充满了营养。”公牛答道。火鸡吃了一团牛粪,发现它真的使自己有力气到达树的顶端。但不幸的是,没多久,它就被一个农夫盯上了,非常利索地把它射了下来。

这个故事的寓意是:牛粪(狗屎运)也许能让你抵达顶峰,但它不能使你永远呆在那儿。

**写字楼**  
方寸办公室 一样大世界  
进驻南京工作中的忙碌人群,分享你的职场故事。  
欢迎提供新闻线索,电话96060或邮箱 kbsqb@sina.com

# 小心痔疮隐藏直肠恶变

## 肛肠内窥镜“明察秋毫” 痔疮、肛瘘等肛肠疾病

今年40岁的女性李某,便血将近半年,她一直认为自己是痔疮犯了。并没有及时就诊。后来李某病情越发严重,不得不去医院检查时,却发现已是直肠恶变晚期,最终失去了年轻的生命。

### 当心痔疮背后隐藏直肠恶变

南京京华医院专家解析:直肠恶变初起时症状不明显。发展一定速度以后出现排便次数增多,有便不尽感,大便常常带有粘液和脓血。随着恶变增大,肠腔逐渐狭窄,致使粪便变细,排便困难。肠腔完全阻塞后,则出现便秘、腹胀、腹痛等肠梗阻症状。

痔疮是一种比较常见的疾病,通常表现的症状是大便时有肿块脱出肛门口,大便后可以自行回纳,或用手可以推回,晚期则不能回纳;或者是大便时手纸上有血丝或血迹,这时吃点消炎药,症状多能缓解,患者容易麻痹大意,使直肠病变这一隐形杀手漏网。直肠恶变早期单从症状上来讲,很容易与痔疮相混杂,也很难区分。因此如何区分就显得至关重要了。

在现有医疗条件下,有些恶性病变并不可怕,可怕的是不能早期发现。许多发生在结肠或直肠的恶性病变,如果能够早期诊断早期治疗,效果是非常令人满意的。因此有便血的病人,无论有没有痔疮,都应定期去医院做检查。发现有痔疮常有的血便等症时,一定要考虑排除肠道的其他疾病。在痔疮的治疗过程中,如症状长期无明显好转或反复出现便血也应予以重视,千万别让小小痔疮耽误了对直肠病变等疾病的诊断。应该早发现早治疗,以免耽误治疗最佳时机。

### 怎样知道自己得了痔疮

南京京华医院专家介绍:你如果在大便时出血,感觉有东西脱出肛门外或肛门外有肿物疼痛,分泌增加,这样就可能是得了痔疮。内痔早期的症状是大便时出血,血量较多或点滴而下,血量有时突然增加,没有疼痛或其他不适,日久可以引起贫血、感到头昏、气短、乏力等,内痔发展到中期,大便后就会有痔核脱出肛门外,一般便后可以自行回到肛门外,内痔发展到晚期大便后痔核脱出不能

回到肛门外,需要用手推回或经过平卧休息后才能回去,严重时咳嗽、用力工作呀劳动时都会脱出肛门外,经常分泌增加,感到肛门不适,内裤沾有物。如果因衣服的摩擦感染发炎,就会肿痛起来,送回肛门甚至出现坏死。专家提醒:得了痔疮的患者一定要及时治疗,以免耽误治疗最佳时机。

### 高新技术 疗效彻底

在某公司做平面设计的程先生,经常大便时肛内一肿块脱出,肿块便后需用手揉回肛内,近来持续劳累后,排便时肿块脱出且疼痛明显,不能自行回至肛内,喷血较多,经朋友介绍前来南京京华医院就诊,诊断为环形混合痔,经最新进HCPT肛肠消融术微创治疗,解决了程先生多年的痔疮。该技术已经成功的治疗几万例肛肠疾病患者,受到一致的好评。

### 治痔疮 不开刀 不住院

随着医疗界高新技术的发展,治疗痔疮的难题终于破解,南京京华医院肛肠专科采用“HCPT肛肠消融术+STORZ肛肠内窥镜”组合疗法,成功解决了痔疮易复发的难题,一次治疗各种复杂性肛瘘、肛裂、内痔、外痔、嵌顿痔、混合痔、肛周脓肿、肛门瘙痒、大便出血、直肠息肉等肛肠疾病,该技术不开刀、不住院、手术后同时采用药物杜绝感染,恢复快,随治随走,不影响正常工作与生活,并解除肛周血液循环障碍,避免静脉曲张形成,业界誉为“痔疮治疗史上划时代的黄金组合疗法”。成为治疗重度痔疮的首选方法。让更多患者带来健康的福音,早日摆脱肛肠疾病的痛苦。

### 相关链接》》》

南京京华医院特邀国内著名肛肠专家来院亲诊活动,亲诊时间:即日起至8月31日截止,亲诊期间:免专家挂号费,HCPT治疗费优惠30%,让更多患者带来健康的福音,早日摆脱肛肠疾病的痛苦。为了方便患者就医,如需咨询相关肛肠疾病的问题直接拨打025-86641220咨询或到南京市新街口淮海路146号(国美电器往东300米)京华医院就诊。

煜清/文

# “告别近视 亮眼看人生”

## ——近视手术团购月活动正式启动

近日,《现代快报》健康周刊编辑部接到数十位读者的近视手术咨询电话,他们有摘镜的需求,但对手术的安全问题存在顾虑,而一部分决心要手术的人,在费用上还有些犹豫。所以,在众多读者的建议下,“告别近视 亮眼看人生”近视手术团购月活动应运而生。有需要的读者现在即可报名,本活动自今日起将一直持续到8月18日。

为配合活动的顺利开展,现将活动相关内容告知如下:

一、活动时间:2010年7月19日-2010年8月18日

二、申请对象:

18岁以上高中生、在校大学生及有手术需求的近视人群

三、活动内容:

1、2010年7月19日-2010年8月18日,做Intralase飞秒激光近视手术,可获得1800元手术优惠;

2、2010年7月19日-2010年8月18日,凡《现代快报》的读者报名活动做Intralase飞秒激光近视手术,在享受1800元手术优惠的基础上,可享受1000元团购补贴;做其它准分子手术,《现代快报》的读者报名活动可获得500元团购补贴;

3、南京以外的患者,可获得2人2晚的免费住宿;

4、凡活动期间,做Intralase飞秒激光近视手术的患者可免费获得偏光镜一副。

四、活动唯一指定医院

——南京爱尔眼科医院(秦淮区仙鹤街100号)

注:本次活动只限电话报名,报名人员将同时享受南京爱尔眼科医院其它优惠项目



96060 24小时活动报名热线