

整形迎来“暑期档”

本报记者 苏立萌 王治

进入暑假，整形也迎来了火热的“暑期档”。近日，记者走访发现，不少学生加入到整形大军之中，利用充裕的假期时间扎堆“变美”。“稍微整一下，可以让自己的外貌更完美一些。”已经预约隆鼻手术的准大学生小宁说，“而且也希望用一个新的面貌去迎接我的大学生活。”

然而目前，医疗整形市场鱼龙混杂，专家提醒学生一定要选择规范、有资质的医疗整形机构。

学生族扎堆“变美”

“暑假以来，整形人数持续增加，在这些大众求美者中，学生是主要群体。其中，高考结束的准大学生和即将走上工作岗位的毕业生居多。”郑州人民医院郑东院区医学美容中心副主任李正斌告诉记者，如今，寒暑假已成为整形美容高峰期。

在郑州市中心医院整形美容科，暑期整形人数相较平时，几乎翻一番。正在这里咨询双眼皮手术的大三学生小方准备通过改变外在形象，为找工作加分。“身边一个朋友做了双眼皮手术，效果很好，整个人看起来神采奕奕的。我单眼皮，看起来有点无精打采的，也想利用眼部整形，提升外在形象。”

据了解，准大学生和大学毕业生是暑期整形人群的一支主力军，不少在校生期待通过整形增颜值、美丽更自信，一些即将走向社会的毕业生则忙着“变美”找工作，希望以高颜值敲开求职大门。

记者走访发现，来整形的人主要分为两类，一是意图变美的整形类，二是为了抗衰老的保养类。学生诉求简单，一般就是想稍微进行面部调整，提升颜值。“目前来看，学生整形群体主要以女性为主，大多倾向于眼部整形、鼻整形、疤痕整形以及脱

毛、溶脂、激光嫩肤等项目。当然，也有少数男性前来咨询整形，他们的诉求则主要是皮肤肤质的改善，比如缩小毛孔、光电嫩肤等。”李正斌介绍，这些整形手术风险小、修复快、效果明显，因此成为学生的首选。

整形并非“零门槛”

暑假期间，针对学生群体的各种整形广告铺天盖地，其中，不少医疗整形机构还推出学生专享优惠，选择整形的学生络绎不绝。

“现在，大家对整形的态度正在转变，更多人愿意接受整形，再加上优惠的刺激、暑期时间充分以及人们追求美的心理，暑期整形市场逐渐活跃。”郑州市中心医院整形美容科业务负责人张楠说。

之前，提到整形，家长多持反对态度，但随着整形技术的发展进步以及正规医院的增多，很多家长对整形也逐渐接受。“看大家整形效果都还不错，挺安全的，刚放假就带孩子来做了个双眼皮，现在已经恢复得很自然了。”家长董女士说。

随着公众对整形的接受程度越来越高，前来咨询的学生年龄也开始逐渐向低龄化趋势发展。不过，整形并非“零门槛”，原则上讲，18岁以上才能进行美容整形。

因为正常情况下，18岁之前孩子的骨架还没完全发育成熟，不建议做整形。郑州市第一人民医院医疗美容科主任李永林提醒，此外，若有严重疾病或出血性疾病，建议术前进行化验，是否耐受手术，另外，疤痕体质的话，需要查看皮肤受损后的恢复情况，根据体质来辨别是否可以接受整形手术。

辨别资质降风险

爱美之心人皆有之，但目前医疗美容机构鱼龙混杂、良莠不齐，需要大家仔细辨别。

“一定要选择正规的整形机构，切忌贪图便宜和方便。”张楠表示，正规美容整形机构，在术前就会进行方方面面的严谨把关，比如，对患者年龄、身体各项指标、身体状况等都会进行一个评估和检查，保证安全。而在一些不正规或者没有资质的美容整形机构，几乎多是“即做即走”，省略了术前检查的一系列步骤，很可能导致治疗效果不理想或者无用手术，甚至引发一些不必要的并发症，存在“毁容”风险。

如今，正处于暑期整形高峰期，消费者在选择时美容整形机构时一定要提高警惕，避免潜在的风险。李正斌建议，大家可以两个方面进行鉴别，一是医疗美容机

构的鉴别，目前，医疗美容机构主要分为四类，民营私营的专科美容医院、医疗美容门诊部、医疗美容诊所和公立医院的整形美容科。市民可查询该机构是否正规，有无资质，有无卫生局颁发的机构执业许可证，以及经营范围、经营级别，查看经营场所是否整洁干净、有无独立的手术间、消毒器械是否具备等。二是医生资质的查验，在整形美容行业，很多医生没有医学背景，经过短期培训就执刀操作，存在很大的风险隐患。大家可通过卫生部门执业医师查询入口查验医生是否有资质。整形美容属于医疗项目，医生必须三证齐全，所以，建议大家详细查验医生有无医师执业证、医师资格证、美容外科医师许可证。



健康道

生病多喝水？适量是关键

健康关注：“生病了多喝水”“不舒服时多喝水”“感冒了要多喝水”……相信大家也遇到过这样的情形。在生病的时候，总有人提醒自己“多喝水”。但是，水不是“万能药”，有时候，多喝水或许会加重身体负担。

本期医师：杨跃杰 郑州市第六人民医院重症医学科主任

真相探索：水是生命之源。不过，喝水是个技术活，科学、适量饮水对于每个人都是必要的。尤其是在遇到以下几种情况时，喝水更要适量，切不可过量饮水。

一是感冒时不宜多喝水。感冒时如果在短时间内大量喝水，反而可能造成身体脱水。因为感冒时，人体会通过发烧来对抗病毒，这个过程会使体内的水分大量流失，同时也会带走钠、钾等电解质成分。这时大量补充白开水，会令体内钠、钾等电解质元素被冲淡。当体内钠元素浓度下降过多，人会出现眩晕、乏力等情况。此时，大脑会自动发出信号，通过尿液、汗液等方式排出体内多余的水分以满足体内电解质浓度平衡的需要，也就是医学上所谓的“自发性脱水”。

所以，感冒时补充有效水分的同时，还要补充足够的电解质，才能帮助缓解感冒症状。建议感冒患者不要一次大量饮水，应间断性饮用。每次喝一杯约300毫升的水，然后间隔一段时间后再喝比较好。这样既能保持身体的电解质平衡，也不会对肾脏造成负担。

二是特别口渴时不宜多喝水。正值夏季高温低压的天气，走在大街上，时常汗流浹背、口干舌燥。此时，端起水杯一饮而尽，痛快又降温。但这种做法并非人人适合。对心脑血管疾病患者来说，一次喝水太多，很容易加重心脏负担，甚至诱发意外。因为，当人感到口渴时，机体已经处于轻度脱水状态，血容量开始减少、血液黏稠度增加，心脏功能已经受到影响。此时猛喝大量水，消化系统和循环系统的负担突然加重，很容易导致血压升高，大脑等重要器官供血不足，严重时可能诱发心衰、脑卒中等不良后果。同时，喝太多的水可能使体内钠离子浓度过低，导致低钠血症，甚至还可能引起脑水肿。因此，心功能不好的人一定要科学补水。

三是吃部分药物时，不宜多喝水。用水送服药物能帮助药片进入食道，还能减少一些药物的副作用。但不同种类药物所需要的水量不同，有些甚至不建议喝水。普通胶囊、药片通常用150~200毫升水送服即可。喝水太多会稀释胃液，加速胃排空，反而不利于药物的吸收。其中，服用某些药物后，只需少饮水甚至短时间内不饮水。例如：保护胃黏膜的药物（氢氧化铝凝胶、硫糖铝、胶体果胶铋等）在服用前后半小时内不宜喝水，否则影响药效。止咳药复方甘草合剂、止咳糖浆、川贝止咳露等，服后也不宜马上喝水。

结论

生病时多喝水并非好处多，还需根据身体情况而定。

科普延伸

如何科学喝水？首先是饮水量，我们每天2500毫升的摄入量中，必须保证有1600毫升白开水，其余水分可适当从其他食物中获取。其次是水温，最适宜的温度10℃~30℃，喝凉水会使胃肠黏膜突然遇冷，毛细血管收缩，引起胃肠不适甚至腹泻。而过烫的水进入食道，易破坏食道黏膜，诱发食道癌。最后是速度，“豪饮”对健康并无好处，快速大量喝水会迅速稀释血液，增加心脏负担，也容易把大量空气一起吞咽下去，引起打嗝或腹胀。正确喝水方法是，把一口水含在嘴里，分几次徐徐咽下，充分滋润口腔和喉咙，有效缓解口渴。

消费相对论

栏目记者 陈茜

“千元退货费”折射收费乱象 电商退换货规则需完善

新闻：近日，消费者宋先生在某电商网站上购买了一款售价万元的按摩椅，商品标注“30天无忧退货”。他在还未收到货时因个人原因申请退货，却被电商平台要求支付712元的运费和400元的翻新包材费。宋先生表示，写明了“30天无忧退货”的商品，消费者根本没碰商品，退货就收1112元，感觉很不合理。

既然有买卖，就可能有退换货需求，需要有售后服务。随着网络购物的发展，消费者通过网络就能“买买买”，但是，由于网络购物中的买卖双方不见面，一旦需要退换货，无论是沟通协商还是物流程序都可能比线下实体店购物更麻烦、更复杂。根据《消费者权益保护法》的规定，电商平台纷纷推出了“7天无理由退货”等服务。一些电商平台为了赢得客户青睐，还推出了诸如运费险等其他保障措施，或者延长“无理由退货”时限，从而让消费者敢于任性“剁手”。但一些不良商家屡屡突破底线，以各种明目张胆的霸王条款谋取利益最大化，给退换货设卡设限。“千元退货费”事件虽是个例，但在一定程度上折射出当前电商退换货过程中存在的收费乱象。

在这起未到货就退货却被收取“千元退货费”的纠纷中，该网站明白写着“30天无忧退货、48小时快速退款”和商品无质量问题退货用户只承担退回运费的条款，并没有看到宋先生遇到的翻新包材费等费用的有关规定。既然网站页面并未明确说明，商家要求消费者承担高额退货费和翻新费的法律依据何在？

事实上，相关法规对退货费用承担问题亦有权威的明文规定。《消费者权益保护法》第二十五条规定，退回商品的运费由消费者承担；经营者和消费者另有约定的，按照约定。一般来说，即使未收到货，商品退回的运费也应由消费者承担，但不用承担寄出运费和其他各名目的额外费用，除非另有约定，不能任由平台“狮子大开口”。

随着网购行业不断发展和走向成熟，退换货已经不再成为制约人们网购的核心障碍了。对于电商而言，哪怕是来自身长远发展来看，也应当在法律法规许可的范围内开展经营活动，和气才能生财。作为电商平台，要引以为戒，自查自纠，将规则明细化，让消费者能够看得懂，减少不必要的纠纷。相关部门更应加强监督执法，防止再出现类似事件。消费者遇此霸王条款也不该忍气吞声，而是应积极通过12315、消协组织等途径揭露举报违法商家，积极维护自己的合法权益。

观察家

栏目记者 苏立萌



日前，央行今年内第三次定向降准落地。央行于7月5日起实施定向降准，下调国有大型商业银行、股份制商业银行、邮政储蓄银行、城市商业银行、非县域农村商业银行、外资银行人民币存款准备金率0.5个百分点，此次降准可释放资金约7000亿元。此次定向降准，受到了市民的广泛关注，投资利好成为广大投资者和专家的共识。那么，降准落地之后，究竟传递出了哪些信号？

央行定向降准 释放哪些利好信号

尹珊 中原银行郑州分行财富管理中心私人银行贵宾理财经理

银行资金面呈现相对宽松格局

央行定向降准用意明显，即支持市场化、法治化“债转股”和小微企业融资。

一是下调工、农、中、建、交五大行和中信、光大等十二家股份行存款准备金率0.5%，可释放资金约5000亿元，用于支持市场化、法治化“债转股”项目，同时撬动相同规

模的社会资金参与。二是同时下调邮储、城商行、非县域农商行、外资行存款准备金率0.5%，可释放资金约2000亿元，主要用于支持小微企业融资。降准后，小微企业融资难的情况会有所缓解。

央行降准后，从过去的经验上看，银行理财产品收益率大概率会

出现下降的现象。所以，央行降准后，客户在家庭资产配置上对资产配置的要求更高。资管新规加严监管去杠杆政策下，银行将面临表外转表内。理财额度较少，短期建议存款类产品。中期可以在考虑风控前提下配置项目不错的信托产品，底部区域配置权益类产品。

樊泽玉 王立坤 兴业银行郑州分行

精准浇灌缓解小微企业融资难

投资市场方面，本次定向降准主要是为了解决小微企业融资难、融资贵的问题。

对一般投资者而言，建议坚持做好资产配置。首先是做好房产和金融资产之间合理的比例分配，然后再在金融资产内部，做好短、中、长期的产品组合。在当前的市场情况下，比较理想的配置是现金管理+中短期理财+基金定投。其中，基金定投可用于规划较为长期的投资目标，如子女教育、个人养

老等，市场上上涨净值、市场下跌调份额，通过不间断的分批买入，将投资成本降到市场中枢以下，一旦牛熊切换，收益将十分可观。

小微金融方面，央行定向降准对推动小微企业金融服务的发展无疑是一个好消息。在我国内部宏观经济指标未达预期，外部中美贸易摩擦导致不确定因素增多的情况下，此次定向降准可以说是一场及时雨。本次的降准政策凸显“定向”，不是以往的大水漫灌，而

是精准浇灌，既有助于通过“债转股”完成企业尤其是国有企业去杠杆，同时，又增加对小微企业等实体经济中间力量的信贷支持，为高质量的发展和供给侧改革的深入营造了更为合理的货币金融环境。

就银行而言，此次的定向降准无疑是对小微企业信贷板块的重大利好，有利于向农业、先进制造、新材料新能源等重点领域的小微企业提供金融服务，推动河南省产业升级。

王慧 华夏银行郑州分行财富管理中心私人银行顾问

融资成本将降低

定向降准是指针对某金融领域或金融行业进行的央行货币政策调整，目的是降低存款准备金率。实行定向降准意味着央行将采取较为宽松的政策，为市场注入一笔资金，降低民间融资成本，激发市场资金流动性，刺激经济增

长。而根据以往经验，央行降准后，银行资金面会变得宽松一些，银行理财产品的收益率也会随之下降。但从目前来看，货币政策并没有大的调整，市场流动性或将继续保持偏紧的形势，因此，从长期来看，银行理财产品的预期收益率

变化不会特别明显。此次降准意味着商业等金融机构无需在央行存放过多准备金，这些钱就可以释放出来。客观上释放了流动性，某种程度上缓解了资金压力，有利于改善市场情绪。

中国体育彩票 CHINA SPORTS LOTTERY

体彩郑州西区分中心 “购世界杯彩票 赢奖上奖”活动收官

四年一度的世界杯不仅仅给全世界带来了视觉的盛宴，同时也给广大的竞彩彩民带来了中奖的喜悦。昨日，记者从体彩郑州西区分中心获悉，裁判吹响世界杯决赛开始的哨声时，参与“购世界杯彩票 赢奖上奖”活动的彩票也正式停止销售，伴随着法国队夺冠，此次活动顺利收官。

据介绍，此次活动，一大批彩民获得了丰厚的购彩奖金，同时，也赢得了体彩郑州西区分中心活动的奖上奖。

目前，郑州西区分中心的工作人员已开启全速兑奖模式，业务配合彩民，财务配合彩民，将服务放在了彩票工作的第一位，为广大彩民提供更快、更便捷的兑奖流程。其中，还有一部分幸运的彩民抽中了全省开展的购世界杯赢手机活动的华为P20一部，兑奖现场气氛热烈。

