

美眉们的大包里装着啥“宝贝”？

医生提醒：长期背着重重的单肩包，可能变成“高低肩”

郑女士包里的东西的确不少。



□记者 许晓洁 马菁华 通讯员 丁娟 文/图

■名词解释

美眉：网络语言，指年轻时尚的美女，也做MM。

“每天背那么大的包，里面都装着什么呀？”近日，网友“海鸟3号”在坐公交车时，看到一个漂亮美眉。不过吸引“海鸟3号”的不只是美眉，还有美眉身上那个大大的包。“她背了特大的一个包，样子倒是怪好看，可是那包里都装些什么啊？”“海鸟3号”好奇心大起，忍不住在洛阳网《洛阳社区》上发帖求答案。

网友跟帖：背大包挺重的

有人问就有人答。一位网友表示：“其实东西也不多，手机、钱包、化妆品、钥匙、纸巾，夏天还要带湿巾、遮阳伞、水杯、防晒霜等。”看上去都是些小东西，可是全部加起来就很重了。网友“135269”说：“那次我去照证件照，摄影师就说我有点‘高低肩’，左高右低，一个劲儿地让我往左边歪。那个摄影师说，我这就

是背单肩包背的了。真的是这样吗？这样下去可怎么办？”网友“萌123”说：“因为工作关系，我包里经常要装很多东西，包很沉，我常说自己背着‘炸药包’。背很重的包，我也常常感到胳膊疼、肩背疼。”背着大包，肩膀压得都出问题了，美眉们的包究竟有多重？

拿来称一称，包重8斤4两

昨日，记者在街头随机称了15个美眉的包，最重的包居然有8.4斤，最轻的也有3.6斤，而重量在5斤到6斤的包包很多。每天背着好几斤重的包，难怪肩膀会不舒服。可是，背着这么重的包，里面装的都是必需品吗？“我今天刚把包清理了一下，这还是最轻的状态呢。”媒体从业者李女士是8.4斤包包的主人。打开她的背包，里面就像是个小型杂货铺。ipod、手机、移动硬盘、数码相机、录音笔、上网本、钱包、钥匙、木糖醇、纸巾、名片夹，看的人眼花缭乱。“这些都是必备的东西，虽然不会每天都用

到，可是要用的时候你没带怎么办呢？”李女士说。因此，尽管觉得包太重，她还是每天大包不离手。在金融机构上班的郑女士是个潮人，平时也爱背大包，她觉得很时尚。因为包太大，找东西变得很不容易，“有时候就像大海捞针”。因此，郑女士就买了一个小的收纳包放在大包里面。这个收纳包主要装着钱包、卡包、各种票据、梳子、湿巾和创可贴。“平时穿高跟鞋，容易磨脚，创可贴必备。”郑女士说。除了收纳包，她的包里还有手机、钥匙、抽纸、炒股机、口红等物品。“不算累，主要还是习惯了。”她说。

医生提醒，爱护肩膀很重要

“背大包当然没问题，但是包太重的话就会对身体有影响。”河南省洛阳正骨医院颈肩腰腿痛中心主任鲍铁周说，现在的年轻女子一般都追求苗条，身材瘦弱的人不少。背包的重量一旦超过肌肉的承受力，就很容易造成肌肉劳损，从而引发肩背肌筋膜炎，

“肩背部经常疼痛的人更应该注意”。鲍铁周说，背单肩包时，一定要注意两肩交替背，不可因为习惯或者爱美而长期一侧背包，否则就可能出现“高低肩”。另外，对于经常背的包，要时常整理，最好将暂时用不到的东西拿出来，不要长期背重包。

暑假到了 让孩子学习还是“疯玩”

□记者 许晓洁

暑假到了，相信不少幼儿园小朋友的家长都会比较纠结：要不要让孩子参加补习班？对于家长来说，小朋友放假了，好好玩耍一下固然好，但是如果别人家的孩子都在上补习班，而自己的孩子没上，那岂不是输在“起跑线”上了？洛阳网《洛阳社区》的一位网友就遇到了这样的问题，她发帖向各位网友求助。

苦恼：5岁孩子上不上培训班？

近日，网友“红袖添香已尽”在洛阳网《洛阳社区》发帖，题为“在农村5岁的孩子用参加暑假培训班吗？”。帖子中，网友“红袖添香已尽”说：“我家孩子现在快5岁了，该上幼儿园大班了。这几天刚放暑假，孩子一直都在家里玩。有人建议我把孩子送到幼儿园办的培训班里去学，但孩子平时学习就很好，我认为他应该有一个快乐的暑假，去培训班等于又回到了放假前的学习状态；我想让他学些其他的，如舞蹈、美术、下棋之类的，但是这些培训班在农村都没有的。我现在就郁闷了，到底该不该让孩子去培训班呢？”

网友：支持孩子痛快玩

网友“红袖添香已尽”的帖子发出后，引发洛阳网众网友热议。不少网友支持孩子在暑假里痛痛快快地玩耍。网友“心灵美”说：“给孩子一个完整的童年吧！暑假如果你也有时间，还是



应该多带孩子参加一些娱乐活动。”网友“悠悠我心也”说：“现在的孩子真可怜，英语、电脑、钢琴、舞蹈、书画、象棋、乒乓球、简直被压得喘不过气来。让孩子多玩会儿吧！”网友“中原之林”说：“想学就学，想玩就玩，四五岁的孩子，不能给太大压力啊！”

建议：6岁以内，以玩为主

就孩子应不应该上培训班的问题，我们咨询了被誉为洛阳“家教先生”的胡社功。胡社功说，在这个问题上，家长应该记住两句话：一、6岁以前的孩子，以玩为主。二、不推崇6岁以前孩子过多学习文化课的东西。“过多要求孩子学习文化课是不对的。”胡社功说，孩子年龄小，本来就应该以玩为主。过多地学习文化课反而会让孩子失去对学习的兴趣，相当于拔苗助长。即使学习非文化课内容，报培训班时也应该以孩子的兴趣爱好为出发点，家长不可有功利思想。“农村没有各种培训班，这不一定是坏事。”胡社功说，暑假里，家长应该多陪伴孩子，让孩子在安全的环境下尽情玩耍，发挥他们爱玩的天性。

洛阳网 www.lyd.com.cn

洛阳人 看洛阳手机报

权威、专业、及时、准确

- 洛阳手机报由洛阳日报报业集团主办，内容权威、专业、及时、准确。
- 洛阳手机报每天早晨7:00左右准时推送，阅读量超百万。

移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅，3元/月。不收GPRS流量费。

联通用户发送短信 712 到 10655885 订阅，3元/月。不收GPRS流量费。