

逍遥丸突然爆火！舟山不少人跟风下单！

医生不提倡私自服用



我之前看网上写的吃了后心情好，老板骂她都笑了

我还在想这咋笑的，结果我刚刚吃完五分钟，也没啥开心的事情，就是嘴角上扬

所以这药是强制嘴角上扬吧，hhhhh

我本来很生气，但是就气事情发生的那一阵，好像很快就平复了

甚至想再气的时候，那个火就聚不起来了，以前是火聚起来堵在胸口



“吃了逍遥丸，加班到半夜都能笑出声！”“吃了‘快乐药’，忍不住嘴角上扬。”“有人骂我我都能笑着跟他讲道理。”……近日，一款叫“逍遥丸”的中成药，在社交平台火了起来。

不少网友发帖声称吃了逍遥丸，能够舒缓焦虑、平复心情。不少家长称，吃了后陪孩子写作业，不再鸡飞狗跳，而是母慈子孝。

在某社交平台上搜索“逍遥丸”，显示相关帖子有1万多篇，相关话题浏览量4千多万，有姐妹说“吃完确实心情变好”。

舟山也有不少人跟风下单。有人说，生理期来临前，心情不畅、脾气急躁、情绪低落，吃了“逍遥丸”后，“药到emo除”。还有人说，吃了这玩意，面对领导的“疾风暴雨”，却能保持“嘴角上扬”……看得小编大为震惊。

那么，逍遥丸真有那么神？自发购买、自行用药，就没有安全隐患？小编采访了舟山市中医院大内科科务秘书、医生宋文茜。

逍遥丸是什么药？宋文茜医生介绍，中成药逍遥丸，原为逍遥散，是宋代医籍《太平惠民和剂局方》中的一个经典方。现代应用大多改散剂为丸剂或颗粒剂型，方便大家携带及服用。全方由柴胡、当归、白芍、炒白术、茯苓、薄荷、生姜、炙甘草组成，具有疏肝理气、健脾养血的功效。一般用于治疗肝郁脾虚所导致的病证，常见症状有爱叹气、闷闷不乐、容易发脾气、女性经前期胸部或乳房胀满胀痛、食欲减退、暖气、心悸、失眠多梦等。

宋文茜医生表示，逍遥丸是临床应用的经典中成药，使用比例相对高。但中医提倡辨证施治，针对不同人群的体质，一般会在逍遥散基础上进行加减，这样临床疗效更佳。逍遥丸

的药性比较平和，原理是通过疏肝理气来调整身体，从而达到改善情绪的作用。适宜平时工作压力大，情绪波动大，尤其是女性经期综合征（比如面部痤疮、痛经、乳房胀痛）明显，还有失眠的病人从服用药品到发挥效果，一般要1周以上的时间，不会有立竿见影的效果。

需要注意的是，逍遥丸本身并不是快乐药，效果也没有网友形容的那么夸张。情绪低落的人，不太可能因为一吃逍遥丸，就能逍遥似神仙，能笑对生活中的狂风暴雨了。

宋文茜医生建议，市民用药最好经过医生的辨证施治，根据症状表现、严重程度、年龄、性别、身体状况等因素进行综合评价后开具治疗方案，不要随意服用药物。自行随意服用，很可能治疗不对证，起不到治疗的效果并有副作用。尽管逍遥丸药性平和，也不提倡自行购买服用。

另外，逍遥丸不是抗抑郁或抗焦虑的西药。如果持续出现较严重的抑郁、焦虑症状，仅靠逍遥丸是不够的，一定要及时就医，由专科医生系统评估后，必要时进行有针对性的相关治疗，以免耽误病情。

(内容来源竞舟客户端)



“竞舟”送牛奶啦 请来签到哦

“竞舟”喊你领牛奶！“竞舟”宠粉节·“签到有礼”活动开始啦。11月29日—12月5日，在“竞舟”客户端连续7天签到，就能获得抽奖机会。

- 活动时间
11月29日—12月5日 23:59
- 活动规则
11月29日开始，在“竞舟”客户端进行签到，就能获得抽奖机会。若签到中断，将从第一天开始重新签到。
- 参与方式
打开“竞舟”客户端，进入首页的活动页面，如下图所示。



- 活动奖品
宁波牛奶(5瓶/份)
- 领奖方式
12月2日 13:00—16:00，可在“竞舟”宠粉节第一场活动现场领取(新城宝龙广场)。
12月6日—12月12日上班时间(双休日除外)，请至舟山市新闻传媒中心西楼舟山文创产品展示中心领取(新城临长路20号，临城樱花公园罗森店对面)。
- 友情提醒
若过了领奖时间，视为自动放弃。
快喊上你的亲朋好友，一起来参加活动啦！每天动动手指签到，“竞舟”好礼送不停。
(内容来源竞舟客户端)

首批“小而优”示范(达标)学校名单出炉

为全面优化海岛学校整体布局，切实提高我市海岛小规模学校教育质量，根据《舟山市海岛小规模学校优化提质实施方案》，市教育局于去年年底，研究出台了《“小而优”学校创建标准(试行)》，精准实施“一校一案”，高质量推进“小而优”学校创建工作。

一年创建，硕果累累。经学校申报、县(区)推荐、市教育局实地验评，全市7所小规模学校成为首批“小而优”学校，其中5所获评示范学校，2所获评达标学校。



下一步，我市将继续加大“小而优”学校创建力度，进一步改善小规模学校办学条件，强化师资，优化管理，深化改革，全面提升教育质量和办学水平，打造义务教育优质均衡发展高地，办好人民满意教育。
(内容来源竞舟客户端)