

卡牌竟成中小小学生“社交密码”



卡包不透明,玩家在拆开前无法判断卡包内的卡片角色或等级,如同抽盲盒,需要“赌运气”。

一些玩家没有抽中想要的卡牌,就会反复购买,或是从二手平台高价购入。在二手平台上,越罕见的卡牌,标价就越高,一张罕见的“高位卡”甚至可以卖到160元。

卡牌玩家群体有一套自己的“术语”。购买卡包叫“抽卡”,拆开卡包叫“拆卡”。由于高等级卡片的罕见性和每次抽取卡片的随机性,有的玩家为了得到自己想要的卡片,会像小孟那样选择购买一整个卡盒来加大抽中的概率,而这被称为“端盒”。

“端盒”买卡的价格,对中小小学生来说并不低。在此次采访过程中,记者看到的小马宝莉卡牌盒价格,最便宜的为60元,最贵的达4000元。

精心设计的玩法规则、精美的外观、IP自带的情怀和故事、抽中好卡瞬间的“上头”,搭配短视频、直播抽卡等营销推广手段,不仅“收割”着成年消费者,更让中小小学生难以抗拒。

“生意” 有人建群聊“互通有无”

作为一名大学生,小伍的生活原本跟小马宝莉卡牌没有一丝瓜葛,直到她11岁的妹妹做起了小马宝莉卡牌的“倒卖生意”。

小伍回忆,妹妹最初是看了小马宝莉卡牌的拆包小视频,便开始抽卡、卖卡;自己并不确定妹妹是否真的喜欢这些小卡片,只知道她抽到好看、流行的款式,就会把这些“好卡”卖给身边的同学,而这种交易在学校是被明令禁止的。

不仅如此,因为一方小小的卡片,妹妹也变得跟以往不一样了。

小伍告诉记者,刚开始,妹妹购卡用的是父母给的零花钱。后来有一次,妹妹被发现偷偷拿了家里1000多元的钱,父母把妹妹狠狠教训了一顿,但这仍然没能阻止她继续抽卡、卖卡。有时候,妹妹还会把同学带到家里来一起拆卡。小伍和父母也不知道,上次“偷钱”被抓包后,妹妹买卡的钱是从哪来的。

小伍觉得,这种集卡牌游戏带着一点“赌”的成分,会让人上瘾——在妹妹就读的学校门口,她经常看到放学的小学生蹲成一圈拆卡。妹妹告诉她,自己已在小卖部抽卡时,会有同学在旁边看;拆卡后发现不是自己想要的,但旁边有同学想要,双方谈一个合适的价格,卡牌就会当场转手。

14岁的初中生小郝(化姓)告诉记者,他有一个朋友因为屡屡抽不到心仪的卡片,选择了高价回收;朋友几乎每天都花上10元在学校门口的文具店买上一包卡,如果抽不中想要的,就用更多的零花钱去买下来。

五年级的小孟也表示,同学之间重复的、不需要的卡,自己也会在网上卖掉。“会建个群卖(卡)。好卡有好看的外表吸引,就可以卖个好价钱。”小孟向记者展示了一个名为“某某卖卡小屋”的群聊,在那里,她卖出多余的卡片,也会帮同学买想要的卡。

本报综合消息

把自己晒进急诊科 晒背养生你做对了吗?

夏季高温炙烤模式开启,“晒背养生”火了。晒背大军纷纷在自媒体上分享晒背感言:有人晒掉秤,有人四肢不再拔凉,甚至自感眼神都晒清澈了。不过,也有人因晒出横纹肌溶解直接进了急诊室而登上新闻热搜。今天,医生就来和大家聊聊如何正确晒背。

晒背——古人的养生秘方

晒背并非“江湖偏方”。祖国医学认为,人体背为阳,腹为阴。被称为“阳脉之海”的督脉位于脊背正中,两边是足太阳膀胱经。督脉和膀胱经为阳气最盛之处,也是人体阳气容易不足的地方,所以在夏天晒背能够有效地疏通经脉,同时能够补充身体所需的阳气。据传,宋代官员晁端仁患上“冷疾”,始终治不好,后来每天中午曝晒背部而病愈,说明晒背的保健价值自古就得到认可。

晒背养生的另一个理论基础就是我们常说的“冬病夏治”。“冬病”指在冬季容易发作和加重的疾病,如慢性支气管炎、支气管哮喘等。“夏治”指在夏天,天气炎热时,疾病处于缓解期对它进行调理,以预防在秋冬季的复发,或减轻发作的程度和次数。

人体阴阳气血的盛衰依季节变化,因为体内的阳气不足,或体内兼有寒湿邪气潜伏,利用“三伏”全年气温最高、人体也进入了阳气最旺盛时期的特点进行“扶阳”,可最大限度地激发人体的阳气,祛除体内沉寒痼冷,达到少发病或不发病的目的,体现了中医“治未病”思想。

晒背带来的三大益处

近期,越来越多的晒背人士在自媒体分享晒背心得,有人掉秤4斤,有人晒后眼神清澈……这都靠谱吗?晒背确有益处,具体来说主要有以下三点:

增强免疫力 三伏天阳光比较强烈,可以加速体内阳气的生成,有利于人体吸收阳光中的紫外线,紫外线能够促进血液循环,提高人体免疫力并且合成维生素D,预防骨质疏松。

祛湿排毒 晒背可以促进人体排汗,汗液中含有乳酸、尿素等人体排出的废物,有助于体内毒素的排泄,起到祛湿排毒的作用。

缓解焦虑失眠 多晒太阳可以帮助血清素水平升高,血清素能够抑制褪黑素分泌,二者正好是调节我们睡眠的重要物质,阳光也会帮助我们大脑合成相关的神经递质同时来改善焦虑抑郁。

晒背要晒到“点”上

随着晒背大军的日益壮大,网络上也不乏晒背伤身的案例。中暑的、晒伤的,甚至晒出横纹肌溶解的,比比皆是。由此可见,三伏天晒背也要讲究方式方法。

夏日阳光猛烈,晒背的时间要根据不同人的耐受程度而定,老人、体虚之人建议晒温和的阳光。一般来说,三伏天的上午8点到10点,下午4点到

6点是比较适宜的,午时(11-13时)、未时(13-15时)要谨防中暑。

晒背时背朝太阳,头稍低下,脖颈处(大椎穴)要晒到。若在室外,应当选背风的地方,不可直接暴晒头部,可用帽子或伞遮挡。暴露皮肤直接和阳光接触最好,男生光背晒,女生可以穿露背衫,坐着或者躺着都可以。对于吸收阳气来说隔着衣服晒也是有效的,只是会弱一点。

另外,晒背过程中需及时补充水分(温开水或淡盐水),晒太阳之后毛孔打开,需要在阴凉处及时把汗湿的衣服换下,一定要等汗停了再进入空调室,不可直接吹空调、喝冷饮。手边可以预备防暑降温药品,如藿香正气水、十滴水、风油精等,以便应急之用。

晒背并非人人都适合

中医讲辨证施治,晒背也要因人而异,那么哪些人适合呢?概括来说阳虚、亚健康、体质较弱人群,比如免疫力低,肢体困倦、经常感冒的人;体虚自汗、手脚冰凉,特别是伴有舌胖或有齿痕、舌苔腻的人;怕风畏寒、容易腹泻的人;女性小腹凉、痛经的人;还有一些颈椎病、腰椎不好的人。

至于阳热体质,阴虚火旺者不宜晒背。再有,晒背不当容易造成中暑、晒伤,平时高血压、糖尿病、冠心病患者也不适合自行晒背。儿童、紫外线过敏者、月经期、孕妇更不建议,当听从专业医师指导。

提升阳气的方法还有很多

“一年养阳看春夏,春夏养阳看三伏”,除了晒背之外还有哪些夏季养生方式呢?大家最熟知的就是三伏贴,因其简便、安全、无痛而广受青睐。选择天突、大椎、膻中、肺腧等穴位,每伏贴前3天(初伏、中伏、润中伏、末伏)共十二次。经由中药对穴位产生化学性、热性刺激,来疏通经络,调理气血,健脾和胃,鼓舞阳气,从而达到治病、防病的效果。

与此同时,艾灸也是温通阳气非常好的疗法。常言道:“家有三年艾,郎中不用来。”艾灸点燃后悬置或放置在穴位或病变部位,借灸火的热力以及药物的作用激发经气。艾灸保健一周1-2次,每次10-20分钟即可。常用的保健穴位是足三里、中脘、关元、神阙等。

此外,入伏饮食方面可多吃苦味食品,中医认为,味苦入心,苦味蔬菜清心泻火,如莲子心、苦瓜、苦菊等。心主血脉,色红入心,多吃红色食品像红豆、西瓜、西红柿、大枣等能起到养心调神的作用。夏季是肠道传染病多发季节,大蒜、洋葱、大葱等葱蒜类含有丰富的植物广谱杀菌素,对各种细菌有杀灭和抑制作用,可以适当多吃。

夏季容易因倦、乏力、食欲不振,这是由于湿邪困脾导致,所以有“长夏防湿”的养生原则。大家可以用白扁豆、绿豆、赤小豆、薏米、莲子煮粥祛湿养胃;或是山楂、荷叶、莲子心泡水代茶饮,祛湿除烦。

本报综合消息



近日,不少老师和家长发现,一种名为“小马宝莉”的卡牌正在中小小学生群体中流行。只要走进学校旁边的文具店,就可以买到卡牌盲盒。孩子们一旦拆出心仪的卡,往往会激动得手舞足蹈;一旦拆出所谓的“废卡”,则一脸失望随手丢弃。

据了解,“小马宝莉”最初是美国玩具公司孩之宝推出的一款玩具,随着系列动画片《小马宝莉》的成功,成为一个家喻户晓的卡通IP。2020年,卡游动漫宣布获得授权,推出小马宝莉系列卡牌。

卡牌的玩法类似抽盲盒,越稀有的款式越“值钱”。因为玩家无法保证能一次就抽中自己想要的款式,为了买到心仪的卡牌,一些人反复购买,或是高价买入他人抽中的卡牌,在不知不觉中花了一大笔钱。

精美的外观、精心设计的玩法规则,抽中“好卡”瞬间的“上头”,搭配短视频、直播等营销推广手段,不仅“收割”成年消费者,更让中小小学生难以抗拒。

对于未成年人“集卡成瘾”背后的隐患,有专家认为,家长和老师可以引导孩子培养更加健康的休闲娱乐活动,玩乐有度,避免沉迷。

“入坑” 卡牌成中小小学生“社交密码”

在西南某小学担任班主任的杨老师最近发现,自己班级里有了点不一样的“苗头”:60名同学中,有十几人都在玩一种名叫“小马宝莉”的卡牌,学生之间还会比较谁收藏得多、谁收藏得全面,有的学生甚至会在上课时把卡牌拿出来玩。

在杨老师看来,卡牌可以在家自己收藏,但是不应带到学校里玩。而事实上,这股收集小马宝莉卡牌的风潮,早已席卷校园内外。

江苏苏州的祁女士,除了会在社交平台上直播抽卡外,还会去小学和初中门口摆摊卖卡。她告诉记者,在线下,她的顾客大部分为中小小学生。

哈尔滨一家文具店的老板李先生介绍,某“高级”款式的小马宝莉卡牌,整盒950元,散包70元。“现在我们也只有两三盒了,买的小孩子多。”李先生称,据他

了解,一些款式的卡牌甚至能卖到一盒四千元。

江苏南京五年级学生小孟(化姓)喜欢《小马宝莉》动画片,被主角之间的友谊打动。她告诉记者,三年前自己过生日时,妈妈买了一箱小马宝莉卡牌送给她,后来她爱上了抽卡,平均三天抽一次卡,每次会花费500元到600元。

小孟说,并非每次都能抽到想要的卡牌,但抽到想要的,就会“非常喜欢、非常开心”。现在,她的柜子里还放着9盒小马宝莉卡,每盒18包,一包里面有6张,都是她用零花钱整盒买下的。

北京市民殷女士向记者介绍,她10岁的女儿看到同学们都喜欢小马宝莉卡牌,也“跟风”一起玩起了卡牌游戏。

在殷女士看来,卡牌俨然成为孩子们的“社交密码”:在学校里,不玩小马宝莉卡牌的同学会被认为是“落伍”了;在同学群里,有的孩子会显摆自己的小马宝莉卡牌;在一些孩子眼中,有了好的卡牌,就等于有了好的人缘。

“上头” 有玩家不惜重金“集卡”

据官方网站介绍,“小马宝莉”是美国玩具公司“孩之宝”1983年出品的玩具形象。1986年,以该角色为主人公的系列动画片《小马宝莉》播出,广受欢迎,“小马宝莉”随之成为一个家喻户晓的IP。

2020年9月,浙江卡游文化传播有限公司公众号发文宣布,卡游动漫与孩之宝公司签约小马宝莉授权合作,推出系列主题卡牌。

根据卡游官方软件,目前小马宝莉卡牌的卡包一共有四种大类,分别为:彩虹包、辉月包、暮光包以及特典包。每种卡包会在半年更新换代一次,例如,第三代辉月包,被玩家称为“辉月三”。每一款卡牌都有特定的属性,分为16个等级,等级越高越罕见,这样的卡被称为“高位卡”。

购买卡牌,通常是从一整盒卡牌中随机抽取卡包,每包里有5-6张牌,便宜的10元一包,“高级”的款式能卖到几十元一包。