

去新疆“赶海” 张书信

关注民生

近日在新疆迎来了“海鲜”大丰收。“海鲜陆养”模式,即在陆地营造类似海洋的生态环境,使内陆地区养殖“海鲜”成了现实。——“赶海”,又多了一个去新疆的理由。



斩断黑手 张爱学

自2018年最高人民检察院发布指导性案例,确立无身体接触猥亵行为视同线下犯罪的追诉原则,至今,起诉利用网络“隔空猥亵”未成年人的案例已达1000多个。——互联网时代,隔空就能犯罪,保护孩子需谨防看不见的黑手。

## 中药西药,不如好好睡觉

文/一瑾 图/郭德鑫

一画一议

来医院除了看病,还能干什么?答案是买中药版酸梅汤。

近日,浙江省中医院1.34元一剂的酸梅汤突然火了,因为便宜实惠,酸梅汤的订单实在太多,挤爆了医院的服务器。该医院的工作人员说,买酸梅汤的大部分都是年轻人,这令他们没想到。

这届年轻人养生思路非常开阔,不仅限于酸梅汤、人参水、中药奶茶等入口的东西,他们还晒后背、贴三伏贴、揉核桃、练太极拳,甚至为了走路舒服,开始穿上足力健……功能性食品还因为年轻人的养生热潮,迎来新商机。有数据显示,在中国养生人群中,18至35岁人群的占比已高达83.7%,年轻人们俨然把健康当成了头等大事。



关爱自己的身体当然是好事,不过还需注意,一忌盲目跟风。比如中药版酸梅汤并非人人适宜,中医用药讲究辩证、因人而异,同一种药材不适合所有人,有反酸症状、胃肠疾病的人群和脾虚者就得“悠着点”。二忌“顾头不顾腩”。不少年轻人养生主张高效快捷,结果一边“作”一边补,“我的身体我做主”,这边喝着补品,那边晚上熬夜又给熬回去了,可别从养生变成了养病。

年轻人爱养生代表了积极的人生态度,说明意识到了健康的重要性,这当然是好事,不过也要有强大的自律能力,科学规划作息时间,心理保持健康。毕竟,中药西药,不如好好睡觉。

## 好消息·坏消息

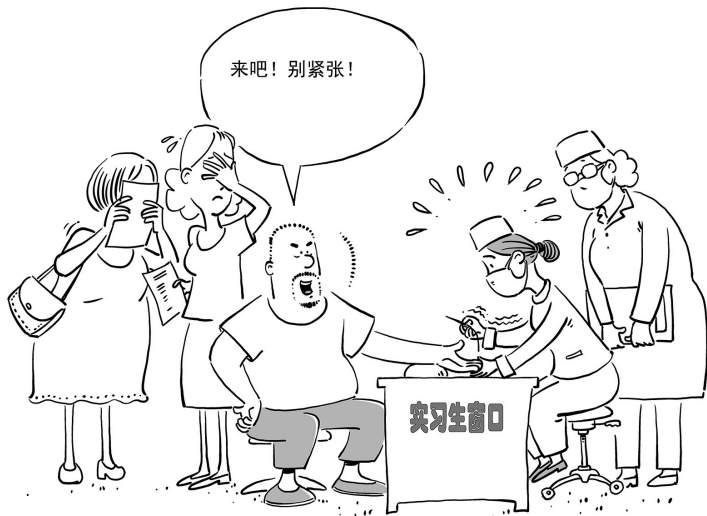


### 给患者选择权

鸿马

江西乐平市人民医院近日开设实习生抽血窗口,引发关注。据医院介绍,该窗口设立初衷是为了让实习生得到更多练习抽血的机会,也让患者有自主选择权。

——医院大大方方把实习生3个字亮出来,充分尊重患者的知情权、选择权。



跟我唱：“爱鸭鸭，我们是一群小小的羊……”



### 挂羊头卖鸭肉

勾建山

内蒙古大学南校区东院食堂使用鸭肉冒充牛肉或羊肉烹饪菜品;巴奴旗下的超岛自选火锅北京合生汇店被爆出高钙羊肉卷检出鸭肉成分……——涮羊肉还是涮鸭肉,消费者要求吃个明白!

## 坊间奇闻



谭希光

广东东莞一男子为帮其酒驾的妻子逃避处罚,竟凌晨前往医院,盗穿医生的白大褂并潜入鉴定中心检验室,将其妻子送检的血液样本进行“注水稀释”,目前涉事男子已被公安部门刑事拘留。

——血液样本进水会失真,脑子进水会失去什么?