



“流行养生经”喜欢说一半留一半

□张 弓

前两天，有朋友发了一条微信：“吃这个可以杀人，也可以自杀！必须要知道！！”看到这样可怕的标题，不可能不打开。文章列出了近二十种食品同吃“可以杀人和自杀”的严重后果，第一种就是虾与含维生素C的食物不能同吃。说是因为海鲜里含有砷，维C可以把砷氧化为三氧化二砷，俗称砒霜，一般的海鲜含量不至于使人中毒身亡，但高级的海鲜如虾含砷量多，如果同时吃维C含量丰富的食物，就会使人中毒云云。

生活好了，人们重视养生了，这是好现象，各种各样的“养生经”应运而生也属正常。但是，有不少“流行养生经”胡乱编造，妖言惑众，夸大正面或负面作用。有些利欲熏心者，借此谋利，给信者带来危害。如前几年媒体揭露过的张悟本的“绿豆汤”等。

这些所谓的“养生经”，除一部分无中生有外，大部分骗人的手法是说一半留一半。把有一部分科学依据的那部分说出来并加以夸大，而把实际作用几乎为零的那一半留一半不说。无中生有容易识破，说一半留一半容易让人上当，所以危害更大。

上面说的虾与富含维C的食物同吃会中毒的说法，就是这样的。虾里含有砷，砷与维C结合会产生三氧化二砷即砒霜，是事实。中央电视台播出的节目中专家也是这样说的。就是说，吃虾的同时吃富含维C的食物会产生有毒物质的说法，有科学依据。但是，专家同时也说了，这种有毒物质的量非常小，一般情况下不会对身体造成伤害，只有在一个人一次吃进了150公斤虾时，才会发生毒害。一人一次吃进去150公斤虾绝无可能，所以专家的结论是，虾与维C同吃会产生有毒物质的说法有科学依据，但中毒之说则是天方夜谭。

还有一些网上传得很多的所谓致癌物、抗癌物的说法，也存在同样的问题：说一半留一半。我曾经在网上听温州一位朋友说，他们那里有一个癌症病人，是大黄鱼吃好的。不久之后，有一篇论文也证实大黄鱼里含有抗癌物质。但读完完全文，仔细一算，大黄鱼中抗癌物质的含量非常低，大约一手拉车的大黄鱼，才能提取出几克的抗癌物。况且，人类胃肠道消化吸收与通过科学手段提取还不是一回事，即使你一次能吃进去一车大黄鱼，也不一定就能吸收几克的抗癌物。况且，这个结论还处于研究阶段，没有投入批量生产。可见，大黄鱼能抗癌的说法，也属于既有科学依据又是天方夜谭这一类。

说一半留一半的养生经通过网相转、口口相传，危害是很严重的。它不仅向人们灌输了错误知识，扭曲了养生理念，而且扰乱了商品市场，甚至危害到企业和农民的经济收益。

应对这类可以称作科普谣言的信息，需要用科学普及来抵御。每一个网民都应该有信息“过滤”意识，对自己的传播行为负责，遇到不能确定其科学性、科学性的信息的时候，就不要转发。同时，政府管理部门应该负起查处的责任，对于传播很广、危害严重的所谓养生经，查实之后应给以行政和经济的处罚。更为重要的是，利用发达的网络传播功能，进行科学普及，让更多的人掌握正确的科学知识，使这种迷惑人心的养生谣言失去市场。一些传统媒体如《人民日报》、中央电视台等，近几年陆续开出一一些带有求证和科普性质的专栏，给民众解答和澄清了不少问题，但网络上的科普宣传却是正不压邪。如果网上的科普宣传却是正不压邪的养生经，社会效果肯定会好很多。

媒体观点

靠什么破解“一闹就停”难题

从PX项目屡屡下马，到垃圾焚烧厂被迫停产，再到火葬场放弃建设，近年来，多地反复上演“上马—抗议—停止”的闹剧。

如果说“闹也不停”是漠视民意，自然不可取，那“一闹就停”貌似尊重民意，却未必符合公共利益和长远利益。建设垃圾场、核电、化工等项目，人们虽然认同其必要价值，却希望“不要建在我家后院”，甚至会采取激烈的集体抗议行为。这就是所谓的“邻避运动”，并非只是中国独有，而是各国共同面临的挑战。

走出“一闹就停”的困局，公众应该看到政府建设公共项目中的良好初衷，政府也应该理解公众焦虑的现实根源。只有平衡好个体诉求与公共理性、多数利益和少数权益，将公共治理的目标与过程更好地统一起来，才能让每个人都能成为支持发展的一分子。

——《人民日报》范正伟

政府购买服务不是一锤子买卖

武汉市公共自行车租赁系统建立4年以来，从“民心工程”变成了“闹心工程”、“烂尾工程”，运营企业却通过政府补贴赚了钱。

2008年前后，一些城市陆续推出公共自行车租赁系统。目前，许多运转不灵乃至无疾而终，而杭州则被评为全球最好的系统之一，其运营方式被概括为“政府主导，企业运作”。武汉等城市模仿的就是这种模式，之所以失败了，是因为一开始，杭州就设计了长效机制，而非靠手书承办企业自由发展。而在武汉，政府仅在初期建设时投钱和投入公共资源，没有拿出长期监督的有效方案。

公共自行车作为一项政府向市场购买公共服务的典型案例，两种不同结果说明，政府购买服务不能是一锤子买卖。购买服务不意味着责任的转移，提供服务以及监督的责任仍然属于政府部门，不能简单交给市场了事。

——《中国青年报》王钟的

信访信息化不能“只坐诊不把脉”

近日，全国网上信访工作现场推进会提出，到今年底前，基本建成全国网上信访信息系统，实现信访业务全部网上流转。

网上信访、视频接访等信访信息化工作在多地早有实践，在快速回应群众合理诉求，把矛盾消弭在基层和萌芽状态发挥了重要作用。然而，一些信息化的信访平台也有消极、懈怠现象，群众反映的诉求如“泥牛入海”，影响了党委政府公信力。在新一波信访信息化的大潮中，需警惕这种“只坐诊不把脉”的问题。

目前，一些地方的网上信访量已超过来信来访量。把信访信息化这一好事办好，不仅要建设好网络信访和视频会议平台，更要管好、用好这一平台。比如将投诉内容和处理结果透明化、阳光化，更要实现从网上到网下的联动，力争“事事有着落、件件有回音”。

——《新华每日电讯》吴书光 雷欣成

为“善行义举榜”点赞

□赵 畅

核心价值观漫谈

山东通过广泛设立“善行义举榜”这一有效抓手，坚持价值引领，立足基层实际，充分发动群众，强化机制保障，让善行义举上榜、为凡人善举立传，思想道德建设呈现一派喜人景象，为培育和践行社会主义核心价值观创造了新鲜经验。为此，得到中宣部和山东省委的推广（4月12日《新华每日电讯》）。

“让善行义举上榜、为凡人善举立传”，之所以受到社会的广泛好评，不仅是因为它能使善意、善念、善行深入人心，有利于弘扬正气、树立新风，也将推动形成知荣辱、讲正气的社会风尚，更是因为它生动地体现了加强思想道德建设，培育和践行社会主义核心价值观其基础性、载体性、激励性和有效性的要求。

加强思想道德建设，培育和践行社会主义核心价值观，说到底，是一项面对全社会的群众性工作。只有广泛发动，人人参与，让加强思想道德建设，培育和践行社会主义核心价值观，成为社会每一个成员共同追求的价值目标，并积极地投入其中，核心价值

观才能向角落渗透，基础也才能真正夯实。“善行义举榜”其标本意义就在于，其融入人们的日常工作生活、行业行业建设和各类道德实践活动，必将推动社会主义核心价值观在基层落地生根。

与其他任何工作一样，思想道德建设需要有载体，培育和践行社会主义核心价值观要有平台。“善行义举榜”，是“中国传统教化资源的创造性转化和创新性发展，是弘扬人间真善美、传递社会正能量”的很好平台，是推动社会主义核心价值观培育和践行的重要载体。有了这样的平台，也就有了可依赖的建设路径；有了这样的载体，也就有了可持续发展的培育和践行的动力。

加强思想道德建设，培育和践行社会主义核心价值观，不能止于喊口号、一阵风的境地，要找到落脚点，找准突破口，持之以恒，一抓到底。设立“善行义举榜”，恰恰是体现了习近平总书记提出的“落细、落小、落实”的要求。事实上，只有从细微处抓起，从小处入手，稳扎稳打，方能步步为营，以小见大。唯此，才能在全社会推动形成“人人做好人、人人做好事、好事就上榜、好人有好报”的良好氛围。



『千手观音』

森林涛 绘

让公立医院回归“大众”

□张绪才

近日，记者从北京市卫计委获悉，今年北京将进一步削减公立医院特需医疗规模，各公立医院压缩“特需”的情况，今后将纳入绩效考核评价体系，和医院评审挂钩（4月15日《新京报》）。

设立在众多公立医院的“特需”医疗服务，向来因“特权服务”、“VIP”等备受争议。之所以备受争议，是因为“特需服务”、“VIP”等，面向的是“小众”的高端医疗服务，而不是“大众”的平民化服务。

客观来说，社会在发展，贫富阶层对医疗服务的需求不尽相同，有钱人需要更好的医疗服务，医疗机构为他们提供这样的服务，也算是顺理成章的事。但问题是，公立医院的定位，应该是满足普通老百姓的基本医疗需求，也就是人们通常所说的“公益性”。而任何一个地方的医疗资源都是有限的，设置了“特需服务”、“VIP”等，势必压缩和挤占本已

紧缺的公共医疗资源。这也意味着，公立医院设置“特需服务”、“VIP”等，是以牺牲普通老百姓的基本医疗需求为代价的。

公立医院设立“特需服务”、“VIP”等，时下已经成为不少地方公立医院的“潮流”，有极少数公立医院的“特需”更是离谱。比如前几年媒体曾曝光广州市某公立医院一超豪华VIP高级病房“七室一厅”，面积有300多平方米，主卧、书房、厨房、会客厅、家属房、随从房等应有尽有。一边是“一号难求”、“一床难求”，一边是奢侈的“特需”服务，有违公益原则，也背离新医改的精神。因此，削减“特需”服务，让公立医院更“大众”，以降低基本医疗服务势在必行。

“僵尸车”挡道 市民盼“过问”

城管部门表示会和交警部门及时沟通处置

本报记者 单玉紫枫 沈孙晖 通讯员 胡幸年



“有辆僵尸车停在人行道出入口上，一停就是一年多，快成‘钉子户’了！”昨天，鄞州东湖馨园小区业主陈先生告诉记者，附近市民联系了相关部门。交警部门说，车子停在人行道上，应该归城管管；城管部门却称，治理僵尸车需要叫拖车，城管没有拖车权……

这人行道上的僵尸车，似乎无端陷入了一个“管理真空”。

现场：挡道僵尸车被贴“大字报”

昨天中午，记者赶到现场。在东湖馨园小区南门左侧，钱湖北路与堇山中路交叉处，一辆老款黑色桑塔纳2000轿车静静地停在人行道出入口。车体锈迹斑斑，车身油漆多处龟裂，两个后轮胎已经完全瘪掉……

记者看到，右侧车窗及车尾部多处地方被人贴上了“大字报”，上面写着“此车挡道无人管”、“交警城管都不管”。

见记者拍照，附近住户、经营户纷纷凑上来吐槽。一位大姐说，这车去年3月就停在这里了，其他车子进出很不方便。这辆车“杵”在这里，挡住拐弯车辆视线，刮擦是常有

的事！一个多月前，大伙联系了城管、交警，但得到的答复跟陈先生说的如出一辙。

交警：人行道拖车，需城管出具委托书

昨天下午，记者先就此联系了管辖该区域的鄞州下应交警中队。

据悉，这辆挡道的桑塔纳轿车车主姓杨，登记地址为江东黄鹂新村82幢。该车于1997年出厂，去年8月31日年检已到期，去年10月16日保险中止。

下应交警中队的同志告诉记者，昨天下午，他们特地派人去实地查看，确认该车停在人行道上，已影响其他车辆的正常通行。“我们联系不上车主，已将此情况向城管部门反映。”

记者随后也试图拨打车主杨先生的电话，但显示已关机。至此该车身份核实无误，确为“僵尸车”无疑！

最后，交警中队的同志表示：“人行道属于城管部门管辖，如果车主一直联系不上，城管可出具委托书，委托我们交警对这辆车进行拖离。”

城管：尽快出具委托书，建议出台统揽政策

记者随后将上述信息转达给鄞州城管部门。

但是，对于“人行道管辖权”问题，城管也有“一肚子委屈”。工作人员到现场核实后发现，该车所停放的位



僵尸车堵路，其他车辆艰难推进。（沈孙晖 单玉紫枫 摄）

置位于小区物业红线内，并非市政人行道。

据悉，根据职责，对于侵占市政道路人行道的疑似“僵尸车”，城管部门首先会尝试联系车主，要求其自行驶离；若无法联系车主或未在规定时间内自行驶离，将联合交警对车辆进行拖离。

具体到该车情况，工作人员表示，会和交警部门进行及时沟通，如果确认是无主车，会委托交警将车辆拖离。

工作人员透露，“之前外地整治‘僵尸车’时，针对人行道及物业红线内停放的‘僵尸车’，曾统一划归一家部门管理。”

古林镇整治冯家漕河

本报讯(记者王伊婧 通讯员周鸢)今年4月10日,本报A5版刊登了题为《“盛世华城”对面那条冯家漕河——河面漂满垃圾 场面惨不忍睹》一文,该文见报后立刻引起了当地政府的高度重视,有关部门随即开展了相应的整治工作。

前天,古林城管中队联合古林派出所和古林特勤中队共80多名执法人员前往薛家村铲除违法摊位。在推土机的轰鸣声中,古林镇冯家漕河河岸临时大棚菜场应声倒下。当天,现场平整40间违法摊位,有效截断了河岸污染源。

冯家漕自然村毗邻海曙联丰,是典型的城乡接合部。宁波工商职业技术学院又紧邻冯家漕河岸,导致大量人口涌入冯家漕村,沿岸大棚临时菜场随之兴起,且越搭越多,总计约有3000平方米。摊贩随处丢弃烂菜叶、包装袋等垃圾,使冯家漕河成了一条垃圾河。

薛家村书记张宏良说,为了做好大棚临时菜场的清除工作,镇村干部上门挨家挨户做工作,使百姓认识到临时菜场存在的问题。张宏良表示,这次集中整治后,薛家村将马上对冯家漕河进行河岸生态修复,同时积极创造条件,方便附近住户买菜。

为了彻底清洗河道,冯家漕河的河水于当天被全部抽干。河水抽干后,执法人员发现位于上游的宁波工商职业技术学院的外墙也惊现5个排污口,而河岸边的一家私营企业也露出了4个正在向河道里排污的排污口。随后,古林镇政府立即与校方和该企业所属区域的环保部门取得联系,准备对此进行整改。

记者从古林镇政府了解到,在未来的半个月里,河床将被清洗干净,清澈的河水将被重新灌入河道,冯家漕河即将改头换面、焕然一新。

拆迁户的理财经

前段时间,家住鄞州区王福家里的两套老房子拆迁后,分到了三套公寓楼。一套自己住,一套给儿子当婚房,还有一套就空了出来。

“我们小区的地段不是很好,把那套空着的房子出租出去比较困难。”怎样用这套房子搞投资?不善于经营生意的王福想来想去还是把房子卖掉算了。但问题随之而来,这95万元房款该怎么打理呢?一筹莫展的王福只能干着急。

一天,王福在自家信箱里看到了“福银汇通”的宣传单,较高的收益让他动了心。客户经理在王福不着急拿取收益的情况下建议他用这笔钱购买一款较高收益的一年期产品,到期预计可收回本息约108万元。

解决了“心头烦”的王福笑着说,这样的理财公司之前也听到、看到不少,最后还是选择福银,除了较高收益外,还因为福银是宁波本土品牌,让自己投资的去向更明朗,从而也更有保障。

福银汇通 TONGYIN HUI TONG

理财, 还是安全最重要

选择福银 就是放心!

100%

双福保障 法律保障 严格风控 稳健增值

咨询热线: 0574-87655551 总部地址: 海曙区中农信大厦27楼



强行变道惹事故

前天上午10时半,一辆黑色越野车从天童北路往南行驶到江董桥附近,驾驶人从快车道向慢车道强行变道,不巧被后面驶来的一辆公交车撞上,硬生生地将越野车挤出了“队伍”,致使黑色越野车四轮悬空架在桥面花坛上,不能动弹。

(记者 黄丽娟 通讯员 朱忠义 摄)

入户盗窃被反锁 小偷竟称是走亲戚的

本报讯(记者冯小平 通讯员赵璐 北壤)两个小偷相约入户偷窃,被主人发现后反锁在了屋里。“危急”中小偷“灵光一闪”大喊:“我们是来走亲戚的,坐坐就走了。”当然,最后他们还是被民警带到了派出所。

来自贵州的李某和来自四川的陈某都曾因盗窃被判过刑。然而,两个人释放后依然不思悔改,还想找个机会“做”一笔大生意。

去年底,李某和陈某瞄准了北仑一户人家,准备入室行窃。

趁主人不在家,两个人撬开门锁,翻找值钱的东西。进屋前他们没把门看好,万一反锁了门,只好从窗户上往外一看,发现门上多了两把

女子反锁家中轻生 消防火速出动解救

本报讯(记者单玉紫枫 通讯员刘伟宏)前晚10时28分,江东消防中队接到报警称,徐戎二村54号6楼一女子把自己反锁在屋内,打开煤气试图轻生。

情况紧急,中队立即出动了两辆消防车14名官兵赶往现场。

报警人是附近邻居。当晚,他刚要入睡,突然闻到一股煤气味,顿时警觉起来,发现味道是从对门传来的,但怎么叫门也没人应。他说,对门住的是名年轻女子,好像已经有一段时间没见她出门了。

大铁锁。

难道是主人回来了?一窃贼对伙伙说,说不定是被邻居发现了,于是他扒在窗户上朝外面大喊:“有人吗?我们是来走亲戚的,坐会儿就走了,开门呀!”两个人声嘶力竭地攀了半半天亲戚,却没人理他们。

就在李某和陈某惶恐万分急得团团转时,门锁打开了,主人带着民警破门而入……昨天,北仑检察院以涉嫌盗窃罪对李某和陈某向北仑法院提起了公诉。

现场指挥员立即下令,在官官兵分成两组,一组关闭楼层煤气总开关,另一组带上破门工具上楼实施救援。晚上10时45分,房门被成功打开,救援小组迅速进屋实施救援。搜寻后,发现欲轻生女子正躺在床上,消防官兵立即叫来了救护人员,经检查并无大碍。随后,消防官兵和民警合力将女子抬上120急救车。

目前,事件原因正在进一步调查。