

节前野山参热卖

专家：小剂量起步逐步增加

快过年了，给亲友特别是长辈准备些什么礼品好呢？随着生活方式的改变，烟酒已经越来越不被提倡作为礼品，而符合现代人健康观念的野山参则大受追捧。近期，位于海曙区永寿街6号的报社参茸直营店，几乎每天都有读者上门来询问、购买野山参。那么，山参该怎么吃呢？记者昨天特地采访了一些业内人士。

小剂量起步，慢慢增加

很多人都听过吃野山参流鼻血的故事，以为山参性热，这是误解。现代野山参用生晒方式加工，《中国药典》2000年版对它的药性已有定论：性平。不温也不凉，大补元气，扶正祛邪。

为什么有些人吃了确实出现头晕、流鼻血情况呢？业内人士认为，关键是剂量出问题，有的人吃参，恨不得今天吃下去明天就生龙活虎，剂量用得很大。每人每天服用剂量有个体差异，剂量太大，有副作用，剂量太小，不起效果。

市民应牢记吃参要从小剂量起步，没有不良反应，再加一点，如此摸索到自己的最佳剂量。或者先服用几天，停几天后再接着服用。万一吃多了，也不用慌，可以吃一些萝卜化解。

中医认为山参也要常服才能“轻身延年”，不求立竿见影，但求水滴石穿，心中无奢求，无论寒暑经常服用效果最好。

先吃参须，然后主根

一支参，不同部位的药效功力也不尽相同。相比而言，参须的功力较弱，最初的两三天，可以先吃参须，让身体渐渐适应。接着再吃支干，顺序是从下往上吃，分三段清炖吃，最后吃上面的老根。从量上说，一般每日量为1克左右。一支10克的参，建议花个把月吃完。这样人体才可以慢慢适应和有效吸收。

炖人参也很有讲究。把人参放进有盖的碗中，隔水慢慢地炖。炖人参不能让它出气，人参里面有挥发油，是有效成分，所以不能像普通草药一样煎煎吃。人参微苦，可以稍许放一点桂圆，或者放点冰糖。吃过了人参，浓茶不能喝，萝卜不能吃，海鲜最好也忌口。

虽是野山参，有的价格也不贵

据专家介绍，怕冷和大病初愈的人很适合吃些野山参。疾病初愈，开刀出院元气大伤，体质虚弱，是使用野山参的最佳时期，大补元气，防止体虚复发，调补体质，充盈神气。但患病初期市民忌用，用则可能适得其反。用通俗点的话来说，如果你没有很不舒服，只是想补一补，谨慎地从小剂量开始，摸着石头过河；如果你觉得哪里不舒服需要吃参调理，那么最好先去看看医生，把自己的情况弄清楚再决定吃什么。

报社参茸直营店野山参来自于同仁堂山参金牌供货商，参龄在18年及以上。一等参参龄均在20年以上，580元/克起，适合送礼；等外参参龄在18年以上，因采挖不慎，参体部分残缺，每克仅售168元，性价比非常高，适合自服进补。该店野山参前8折优惠，等外参每支一般4~5克，折后每支也就600元左右，一盒多为3支，正好吃一季。

记者 周静

自带酒水 该不该收开瓶费？

消保委：没有明文规定，应事先告知



春节期间，很多人会参加各种聚餐，有一些人选择自带酒水。于是出现了一个问题：餐饮单位对自带酒水要不要收取一定的服务费用？如何收取？孙先生就遇到了这样的问题，在就餐时被不明不白地收取了150元开瓶费。为此，他发文吐槽，对这样的“潜规则”表示不满。

饭店愿意退还150元

前几天，孙先生约了几个朋友一起去甬尚人家新河店聚餐，结账的时候发现在正常的菜品之外，多了一个“临时菜F”，价格是150元。询问服务员，得到的答案是开瓶费。当时他们也没有多想，付钱走人了。后来越想越不对，以前吃饭都是没有这笔费用的，为什么现在多了这笔所谓的开瓶费呢？于是，他在论坛上发帖吐槽，结果引来很多网友的共鸣，有不少人也讲述了类似经历。

随后记者联系了甬尚人家新河店店长吴女士。她告诉记者，确实有这件事情。“春节期间，向来是用餐高峰期，我们有不少外来服务人员已经回家了，人手相当紧张。当时一个服务员要管2个包厢，可能确实存在服务不周到的地方。”吴店长表示，这笔费用是作为给服务人员的辛苦费，酒店方面是不拿一分钱的。“我们平时也是在收取开瓶费的，一般会提前告知客户，他们也表示理解。但那天客人比较多，服务员没有事先告诉客人有这笔费用，等到买单之后才发现。”吴店长告诉记者，由于提出异议的和买单的以及预定包厢的都不是同一个，他们暂时无法联系上买单的客人。“这笔钱，我们确实应该事先告诉客人，是我们的工作失误造成了沟通上的误会。”吴店长表示，她也向客人表示歉意，并且愿意全额退还这150元。客人可以直接上门拿钱，也可以通过微信或者支付宝的方式返还。

消保委：应该事先告知

记者以普通消费者的身份致电一些餐饮机构，询问春节期间是否可以自带酒水，得到的回答都是可以的，但商家都提出要收取一定的开瓶费或者服务费，根据酒水的数量，费用在50元到200元不等。

宁波甬邦餐饮联合会秘书长水锡峰向记者表示，餐饮机构在节假日期间往往人手紧张，造成一线工作人员劳动强度较大。所以如果客人自带酒水的话，是可以适当收取一定的服务费的，但以双方协商为主，没有硬性规定。

宁波市消保委副秘书长周丽娟认为，服务和收费应该符合权利和利益对等关系的原则。“市商务委和市发改委出台过文件，明确规定餐饮机构不得收取包厢费和制定最低消费标准，因为这样侵害了消费者的消费自主权，但对于自带酒水服务费却没有明文规定。”周丽娟表示，客人自带酒水也是消费自主权的一种体现，但确实会给服务人员造成一定的额外劳动，本着权利利益相对等的原则，餐饮机构是可以收取一定金额服务费的。数额需要按照具体情况由双方协商决定，“但是有一点必须明确，就是一定要事先告诉客人，让对方有知情权。”

记者 毛雷君

■快评

这本来就不该是一道“是非题”

对自带酒水该不该收开瓶费的问题，市消保委的表态或许会让部分市民感觉有点疑虑：既然餐饮机构收取包厢费和制定最低消费标准侵害了消费者的消费自主权，规定不得收取，那为什么对于自带酒水服务费却没有明文规定，要按照具体情况由双方协商决定呢？

说实话，对消费者来说，自带酒水去饭店吃饭被收取了开瓶费，就算被事先告知，也肯定会不同程度地感觉不爽（当然，不告知是不被允许的）。那么，如果将开瓶费之类视为霸王条款或不当得利一律予以取缔，是否就一定符合消费者的利益、促进餐饮行业的规范与发展？答案很可能出乎不少人的意料——不一定。

记得计划经济年代，许多商品的价格被管制得很死，但是否让多数市民得利？是否促进了商品流通？结果是有目共睹的。而在一个竞争充分，也不存在强买强卖的行业，一桩交易也就是买卖双方妥协的结果。现在，包括机票、动车票价格在内的绝大多数商品的价格早已随行就市，这种“放开”与“灵活”带来的，往往是这个行业与消费者的双赢甚至多赢。平心而论，餐饮行业几乎是打折最频繁的行业之一，比收取开瓶费之类的不爽消息多得多。

对商家来说，收取开瓶费也是一把“双刃剑”，这笔费用固然可以增加经营收益，但如果让消费者过分不爽，他们完全有条件用脚投票找一家让自己“爽”的。因此，只要不使用串通涨价之类操纵市场的不正当竞争手段，这种正常的经营策略，本来就不该被视作一道非此即彼的“是非题”，尽可以放手让店方与顾客自主博弈，天塌不下来——这么说并非全是为店家辩护。

还有，就总体而言，当前竞争激烈的餐饮行业并非暴利行业几近共识，在这种态势下，如果再将这个行业的手脚束缚得过死，不但不利于行业发展，反而会逼迫商家祭出“减量提价”之类的合法套路来开辟新财源，最终并不利于消费者。

当然，一码归一码，对于餐饮企业中那些违背市场法则的行为，有关部门还是要该出手时就出手，坚决维护消费者权益。

胡晓新

交通银行推出新春新产品

礼仪存单片片情，大额存单月月息

今年过节送交通银行礼仪存单，高端大气上档次，满足您个性化定制需求！交通银行礼仪存单是一款“旺”年定制的存款产品，可用于节日之际以存单红包形式赠送长辈、爱人及孩子，特定套封，印刷精美，存单正面可打印或手写祝福语，以表达您专属的祝福。节日送心爱的Ta一个520或1314，爱就一生一世；春节送小孩一个666，学习生活都666；春节送老人一个999，身体健康，长长久久！

每月都能拿利息的大额存单来啦！交通银行2月9日至2月28日发行按月付息型大额存单产品，3年期利率3.85%，30万元起存，额度有限先到先得。月月付息随心花，利息还能钱生钱，提前支取享受靠档计息，灵活又优惠！存入409559元，每月即可领取1314元，送给心爱的Ta，每月表达满满的爱意！存入30万元，每月即可领取962.5元，用于每月生活开支，或参与基金定投，月月灵活用！

