

中医药文化“出圈”先要“出街”

椰锐评

名中医义诊、传统养生操教学……11月16日,2025年“百市千县”海口市中医药文化惠民活动在骑楼建筑历史文化街区北门广场举办。活动以市集形式为广大群众提供丰富多样的中医药服务,传播健康养生智慧,推动中医药文化融入人们的日常生活。现场热烈的氛围证明:中医药文化“出圈”先要“出街”,只有找准与现代生活的连接点,才能真正“飞入寻常百姓家”。

中医药文化是中华优秀传统文化的重要组成部分,从古至今,在预防和治疗疾病、守护百姓健康等方面发挥着不可或缺的作用。然而在当下,中医药文化与群众之间仍存在一定的“距离感”。不少年轻人将中医药视为老年人的“专属疗法”,也有人认为中医药是在西医没效果时的“退而求其次”之选。时代在进步,现代人的认知和需求也在不断变化,要传承好、发扬好这一文化瑰宝,就必须推动它与时俱进、走近群众。

2025年“百市千县”海口市中医药文化惠民活动的亮点,在于没有停留在发放宣传资料、举办常规讲座等传统做法,而是打造出群众喜闻乐见的市集场景,让医护人员走出医院诊室、来到街头巷尾,对接大众的实际需求,将中医药文化带出典籍、实现转化。例如,针对现代人常见的肩颈酸痛问题,专业医师通过推拿手法帮助现场体验的市民有效缓解症状;面对久坐、熬夜等不良习惯引发的健康问题,医护人员现场带领大家练习八段锦,以互动方式传授强

身健体的正确方法。“中医市集”一改中医药诊疗的严肃,接地气又实用,让市民无需专门跑医院,在闲暇时就能轻松便捷地学上几招。

现场群众在沉浸式参与中收获了“健康干货”,也直观地感受到了中医药文化的效果与魅力。当他们从原先的不了解转为逐渐认同,再从“自己学”延伸到带动亲朋好友“一块学”,这种“体验—认知—认同—传播”的链条便逐步形成,中医药文化也因此拥有了越来越广的群众基础。

令人欣慰的是,除了针灸、艾灸、贴耳穴等传统特色疗法备受青睐,本次中医药文化惠民活动现场,中医特色养生茶饮、中药香囊、中医药特色手串等新潮产品同样广受欢迎。这表明中医药文化在守正的同时并未停止创新的脚步,而是努力探索融入百姓日常生活的方式。未来,希望这样的惠民活动能常办常新,以便更亲民的形式传播中医药文化,通过“出街”不断“圈粉”,为千家万户送去健康福祉。

□吴翠霞

绿皮火车连接处的烟灰缸,该撤了!

11月15日,河南一网友发帖称,坐火车遇到有乘客吸烟,但乘务员却不管,对此表示不满。16日,12306客服回应记者,目前普速列车车厢内禁止吸烟,但车厢连接处设有烟灰缸,允许乘客吸烟。

(11月16日极目新闻)

在绿皮火车上因劝阻吸烟与他人发生冲突,不是第一次发生。今年7月24日,K423次列车上也曾发生过这样的一幕,并引发舆论关注。

不可否认,确如12306所言,按照现行规定,乘客在绿皮火车的车厢连接处吸烟,确实不违规。根据《铁路安全管理条例》第七十七条规定,禁止实施“在动车组列车上吸烟或者在其他列车的禁烟区域吸烟”危害铁路安全的行为。而非动车组的绿皮火车,只是在车厢内禁止吸烟,车厢连接处属于非禁烟区,并不禁止吸烟。

然而,无论是动车组还是绿皮火车,都属于人员密集的封闭空间。即便在连接处吸烟,二手烟仍会随空气流动扩散至车厢内部,污染空气质量,使其他乘客被迫吸食二手烟,损害其健康权益。为保护广大乘客健康,避免被迫吸食二手烟,绿皮火车不应在车厢连接处设置烟灰缸、允许吸烟。

事实上,依据《公共场所卫生管理条例》及其实施细则中有关公共场所禁烟的本意,绿皮火车理应全面禁

烟。作为公共交通工具,绿皮火车在法律上属于公共场所,其连接处与车厢一样,均属于室内空间。更何况,《公共场所卫生管理条例实施细则》明确规定,室外公共场所设置的吸烟区不得位于行人必经的通道上,而绿皮火车连接处正是乘客前往其他车厢打开水、上厕所的必经之路。

在飞机、高铁、地铁等公共交通工具已全面禁烟的今天,在大多数人支持绿皮火车全面禁烟的共识下,绿皮火车全面禁烟已是大势所趋。绿皮火车全面禁烟工作,亟需提上议事日程,加快推进步伐。

实际上,绿皮火车全面禁烟并非难事,已有先例,只是推进速度较慢。2017年,济南铁路局在所属30.5对普速旅客列车全面实行禁烟,包括车厢连接处和厕所。2018年8月,中国铁路总公司书面答复称,将依法合规推进普速旅客列车全面禁烟。据国铁集团2020年5月31日发布的官方消息,当时已有9个铁路局集团公司的100列普速列车实施全列禁烟。

当然,考虑到长途旅客的吸烟需求,可在沿途站台设置吸烟区,供有需要的乘客使用。

总而言之,社会在发展,时代在进步,文明不应在绿皮火车的车厢连接处“断裂”。绿皮火车车厢连接处的烟灰缸,是时候撤掉了。

□张立美

世相漫议



醉骑也违法

近日,一电动自行车骑行者酒后被查满脸疑惑:“原来骑电动自行车也不能喝酒?”这一反应暴露出公众对“醉骑非机动车也违法”的认识仍显不足。

事实上,《道路交通安全法》早已明确规定,醉酒驾驶机动车、电动自行车等属违法行为。现实中,因醉骑导致的伤亡悲剧时有发生,教训深刻。

治理醉骑,需普法与执法并重。一方面要加强宣传,让“骑车不饮酒”成为社会共识;另一方面,交管部门应将非机动车纳入常态化酒驾筛查。每一位市民也应做到“饮酒不骑车”。唯有让“醉骑也违法”深入人心,才能营造更安全、有序的道路环境。

王发东 作

现实版『大众点评』也是一面消费监督的镜子

近日,南京江宁景枫中心一楼竖立起一面“风云评比榜”,将商场内80多家餐厅集中“挂墙”展示,打出“好不好吃你说了算”的口号,吸引不少食客驻足。记者在现场看到,部分餐厅尚未收到评价,而有些店名旁已贴多达4张反馈标签。

(11月17日《扬子晚报》)

评比上墙,赞弹一目了然。这家商业综合体为消费者搭建起一个看得见、摸得着的评价平台,把“好吃与否”的话语权真正交给顾客,将“正赞”与“倒赞”公开展示,堪称推出了现实版“大众点评”,丰富了消费评价的形式,令人耳目一新。

或许有人会问:既然已有网络版“大众点评”,线下版是否多此一举?答案恰恰相反。现实中,不少中老年消费者并不擅长使用手机APP,对这种直观的贴纸评价方式接受度更高、操作也更便捷。此外,实体墙让评价结果一目了然,消费者扫一眼便能对各家的口碑心中有数。更重要的是,参与现场评价的多为实际消费的顾客,反馈往往更真实,水分更少。

对于拥有数十家餐厅的商业综合体而言,搭建这样的实体监督平台具备天然的场地与资源优势。可以说,现实版“大众点评”是对网络版“大众点评”的有力补充,既拓宽了消费者表达意见的渠道,也增强了潜在顾客的参考依据,进一步保障了消费者的知情权和选择权。同时,它也能反向推动餐厅关注顾客意见,优化菜品与服务。

现实版“大众点评”也是一面消费监督的镜子,如实映照出消费者的真实声音,对维护消费者权益、促进商家服务提升具有积极意义。对于这样的创新监督方式,我们理应点一个“正赞”。期待更多有条件的商业场所能够借鉴该经验,搭建更多实体评价平台,让消费者的声音被看见、被重视。

当然,现实版“大众点评”仍有优化空间。相关管理主体可不断细化消费评价的内容,在“赞”与“弹”的基础上增设口味、价格、服务、诚信等理由选项。如此,评价将更精准、更有参考价值,也能避免情绪化或表面化的评判,真正实现“有理有据”的消费反馈,发挥更有效的监督作用。

□李英锋

投稿邮箱:hkrbpl@163.com
本版言论仅代表作者本人观点



欢迎订阅2026年度《海口日报》

上门服务 投递到户 今天订报 明天读报
全年价: 540元 半年价: 270元 季度价: 135元 月价: 45元

海口日报
HAIKOU DAILY

订报热线: 66660806 地址: 海口市南沙路69号海口日报大厦3楼

龙华发行站: 66715771 (龙华区龙华路23号衍宏万国中央区1-112商铺) 美兰发行站: 66784994 (美兰区人民街道海甸四西路拦海上村29号)
琼山发行站: 65821989 (琼山区府城镇高登东街河口北五巷河口路215号) 秀英发行站: 68668221 (龙华区滨海花园新村78号)



海口日报官方微信



海口日报官方微博