



## 痛快说事 从容论理

编委:何谷 张树忠  
贺银河 崔振良

## 编读往来

## 听古诗词能催眠

贵报7月28日生活版刊登《助眠牛奶未必有用》一稿,文中提醒,对于想要改善睡眠的人来说,最安全、有效的方法始终是遵循身体节律,调整生活方式,减轻心理压力。这个提醒很好。在此我也想分享我的助眠之道。

我入睡比较困难,曾尝试过数数字、听催眠曲、按摩腹部等方式,效果皆不佳。又不敢吃安眠药,恐怕形成依赖。有时越想入睡,越睡不着,大脑反而越兴奋。有一天晚上,我照例辗转难眠,心想反正睡不着难受,与其浪费时间,不如学习点知识。因为喜爱唐诗宋词,我就打开手机,从网上找了一个可以听唐诗宋词的网。出乎意料的是,听着听着,我竟不知不觉睡着了。自那以后,每当我难以入睡时,就听古诗词催眠,每次都能奏效。除了古诗词外,后来我又尝试听元曲,听古典散文名篇,听长篇小说、名人传记等,我发现也有效果。

我感觉这个无意中发现的催眠方法非常好,既能避免长时间看手机,保护眼睛,又能得到文学艺术的熏陶,学到知识,而且还有效利用了零碎的时间。可以说是一举多得,何乐而不为呢?(安徽亳州 屈广法 56岁)

编辑曹虹回复:适合自己的方法就是好方法,感谢您的分享。



微信扫一扫看本报数字版

【社评】本报评论员 彭臻玉

## 对网络医闹同样要零容忍

近日,“河南周口市第六人民医院妇产科主任邵某某因长期遭受网络暴力跳楼身亡”的消息引发广泛关注。根据周口市卫健委发布的通报,邵医生确系坠楼身亡,当地调查组正依法依规开展调查处理。

据媒体报道,现年57岁的邵医生从医30年,接生超3万名新生儿,曾获“河南省优秀妇产科医师”“周口最美医生”等荣誉。邵医生去世后,不少由邵医生助产的产妇,都表达了怀念,称赞其医术医德。其丈夫对媒体称,邵医生因被网

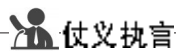
暴而踏上轻生之路,源于三起医疗纠纷。一起是一名产妇因羊水栓塞需切除子宫保命,家属签署了同意书,最终提出百万索赔;一起是一名产妇即使身体条件不允许,也执意顺产不要剖腹产,最终胎儿窒息死亡;还有一起是产妇生产顺利,孩子出生两年后被确诊脑瘫,家属认为是医生的责任。后来这三起纠纷的家属在抖音上相遇,开始互相关注并推荐作品,由此引来大批网络水军对邵医生进行攻击。

对主治医生的医疗过

程,患者当然有权利质疑。但即使有纠纷和异议,依法依规维权、理性协商才是解决之道。而在上述三起医疗纠纷中,当事人在鉴定结果未出或诉讼尚在进行之时,就将全部精力诉诸造谣和网暴,用直觉判断代替了专业判定,用情绪声讨代替了冷静协商。在“先声夺人”的流量思维裹挟下,羊水栓塞抢救被歪曲为“误诊切子宫”,家属签署的《手术同意书》在剪辑的视频中消失,危孕产妇拒绝剖腹产导致的胎儿死亡被包装成“医生故意杀

人”……这已然成为一场看似静默实则杀伤力巨大的线上医闹。

遗憾的是,即便当前对于打击网络暴力已有法律支撑,对于线下医闹也有相对成熟的处置办法,但当网络暴力夹杂着医疗纠纷,线上医闹如何认定、防范和解决仍缺乏制度化方案。这或许正是邵医生报警后未获及时立案的原因之一,却也是加害者肆无忌惮的把柄,和邵医生陷入绝望的催化剂。为杜绝类似的悲剧重演,是时候对网络医闹说“不”了。



仗义执言

## “阴阳菜单”为何屡见不鲜

近日,有网友反映内蒙古呼伦贝尔市海拉尔区一餐厅涉嫌“阴阳菜单”问题,本地人消费羊肉只要198元,外地游客却需支付298元。随后,当地市场监督管理局通报称,已对涉事门店现场检查核实,并立案调查。

“阴阳菜单”是一些餐馆专门制作的“宰客菜单”,这种现象着实让消费者难以接受。让人气愤的是,近年来,这样的商家屡见不鲜。就在前不久,山西五台山景区市场监管局在对台怀镇青云饭店进行检查时发现,该饭店吧台内有两本价格标示不同的菜谱。

《价格法》明文规定,经营者利用虚假的或者使人误解的价格手段,诱骗消费者或者其他经营者与其进行交易,属于不正当价格行为。“阴阳菜单”显然正在此列,涉嫌价格欺诈。而按照《消费者权益保护法》规定,经营者提供商品或者服务有欺诈行为的,应当按照消费者的要求增加赔偿其受到的损失,增加赔偿的金额为消费者购买商品价款的三倍。依我之见,要杜绝“阴阳菜单”的出现,不妨再将违法成本提高一些,以此倒逼商家诚信经营。(江苏南通 胡建兵 60岁)

## 让门诊起名回归医者初心

近日,国家卫健委等部门联合发布的《关于规范医疗机构门诊名称管理工作的通知》,直指部分医院、诊所花里胡哨乱起名的行业乱象。

当“量子抗衰老中心”等伪科学招牌进驻医院,当一些民营医院将不孕不育科室包装为“送子观音堂”……其本质是通过语言符号的异化,对患者的焦虑情绪实施精准收割,其隐含的疗效承诺亦涉嫌虚假宣传。命名新规中“不得使用可能产生歧义或误导患者的名称;

不得使用利用谐音、形容词等暗示疗效的名称”等规定,正是对这种异化的阻断,重新划定了医疗命名的专业边界。

命名规范化只是医疗伦理建设的初级阶段,真正的挑战还是在诊疗水平的提升和诊疗服务的便利上。正如新规指出的那样,医疗机构门诊名称存在的意义,说到底还是“方便患者看病就医”。医疗机构的门楣,应当成为专业的象征和信任的标志,而不是“愿者上钩”的饵食。(上海 潘高峰)



看图说话

## 叫停猎鸟直播

日前,沈阳警方破获一起以网络直播“教学”猎鸟为名,引流售卖热成像夜视仪、弹弓等狩猎工具牟利的案件。查获的猎物中,不乏受

野生动物保护法保护的“三有”野生鸟类。将猎鸟过程包装成“直播教学”而引流卖货,不过是欲盖弥彰。网络直播间不是鸟类“狩猎场”,“教学”应当是教如何爱鸟护鸟而不是伤鸟害鸟。叫停猎鸟直播,更要揪出屏幕后一双双贪婪的手。(北京 李松林)



街谈巷议

## 公交“招手即停”很便民

近日,北京市交通委日前发布《公共汽车站台规范》公开征求意见的公告。值得一提的是,新规范根据目前公交运营实际,增加了“招呼站”的相关内容:招呼站是常规公交线路根据乘客的上下车需要,车辆临时停靠的站点,公交车招手即停。相邻站点间距大且站点间有少量乘客需求的,可设置招呼站,招呼站应具备公交车临时停靠条件和乘客候车条件。

公交车是城市居民主要的出行方式之一。在人们的印象中,公交车的传统运营模式是走固定线路、停靠固定站点,不会“招手即停”。这种运营模式固然有规范、安全等好处,但也难

免有些“死板”。比如,在一些相对偏远的地段,或者两个站点间距过大又不适合增设公交站台的情况下,允许公交车在招呼站临时停靠实有必要。特别是对老年人、残疾人等群体而言,此举能极大地减轻他们长距离步行至正式站点乘车的负担,也能避免乘客“一路狂奔”赶公交带来的风险隐患。

北京市有关部门此番对《公共汽车站台规范》进行修订,顺应了公共交通发展的新形势和新需求,愿更多城市借鉴这一思路,不断提升精细化服务理念,让公交车越来越便民、亲民,让城市的文明刻度在点滴之中悄然提升。(山西寿阳 张国栋 63岁)