



痛快说事 从容论理

编委:潘善臻 何谷 张树忠
张敬 王世军

编读往来

取穴之寸能否换算

经常在报上读到一些关于针灸、按摩穴位的方法,看完贵报6月3日“养生”版刊登的《取穴时的1寸到底是多长》,我才知道,原来经常看到的旁开几寸是用手指头来比量的。但我也有一个疑问,这个“寸”真的不能像市制单位的“寸”那样换算成厘米吗?(江西上饶 邹远航 68岁)

编辑李仲文回复:中医里的“寸”指的是“同身寸”,是指以患者本人体表的某些部位折定分寸,作为量取穴位的长度单位。但这里所说的“寸”,并没有具体数值,不能换算成厘米来衡量,其长度是因人而异的。较高的人“一寸”通常要比较矮的人的“一寸”要长,这是由身体比例来决定的。由于同身寸用于其他人身上选穴不是很方便,所以我们还可以使用骨度法取穴。比如,腕横纹至肘横纹作十二寸,也就是这段距离划成十二等份,取穴就以它作为折算的标准。再如,肩胛骨内缘至后正中中线作三寸,可用于确定背腰部经穴的横向距离。

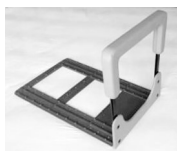
温馨提醒

最近,不少读者反映信件投稿不便(如书写有困难、去邮局投寄不便、因寄送时间较长导致稿件时效性不佳)。为让广大读者便捷投稿,我们扩充了投稿渠道,许多版面右上角都公布了电子邮箱和QQ群投稿渠道。当然,您也可扫描下方二维码,通过微信投稿,且可以是文字、图片、语音等形式。微信来稿也会比寄送平信更容易获得相应记者或编辑的回应。



【社评】本报评论员 彭臻玉

自制扶手受捧给助老辅具提了个醒



据《北京晚报》报道,近日,北京朝阳区将台乡多个社区的170多个老年家庭收到了一份特别的礼物——由当地居民秦志坚数易其稿,自行设计、生产的床边扶手。这个小小的扶手帮助行动不便的老人解决了起身难题。

从最初的简易版,到几经改进并实现量产,再到获得居民一致认可,秦志坚自制床边扶手的过程,可以说正是一款理想的助老辅具该有的面世路径。毕竟,当前市场上售

卖的各类助老辅助器具,质量不佳、功能花哨的不在少数,材质、设计、价格、安装使用等方面均符合老年人预期的并不太多,像秦志坚一样“从用户中来,到用户中去”,并不断完善各种细节的开发者更是不多。

不妨回顾一组数据——2023年,中国消费者协会组织开展了养老辅助器具消费体验项目,对助行车、马桶扶手、洗澡椅等9类产品,共计50款样品进行测评,结果发现,质量不佳、溢价高、功能鸡肋等问题普遍存在。参与测评的6批次助行车样品,在安全性稳定性方

面,没有一批次样品得到满分5分,最高的平均分为4.6分,而3号样品和另一款重量较轻的样品仅得3分。

事实上,辅助器具不适老的问题更是让很多老年人对其爱不起来。比如,有的缺乏详细使用教程,老年人不会用、用不好的现象十分普遍;还有的不断迭代升级,科技感十足、功能繁多,随之而来的则是价格一路走高,但一些“花里胡哨”的功能日常使用中其实很少用得上。

以床边扶手为例,据报道,也有老人曾想过网上购买,但面对种类繁多、

评价褒贬不一的床边扶手产品,老人又犯了难。反观秦志坚为照料母亲而不断改进的这款安全、实用、美观的床边扶手,一经送出就大受老年人欢迎,可谓妥妥的“没有对比就没有伤害”。

这一暖心举动的背后,可以窥见老年群体对安全、方便、实惠的辅助器具的普遍期待,这对于助老辅具生产企业实际上也是一次及时且必要的提醒。只有真正站在老年人角度考虑他们的现实需求,在产品适老化、精细化上下真功夫,才能让老年人享受到优质的产品和服务,得到精神上的尊重和满足。



仗义执言

二手空调不能缺一手监管

近日,央视《财经调查》栏目接到消费者反映,说在市场上购置到的二手空调,噪声大、能耗大、制冷效果差,使用时还有刺鼻的味道,但空调的标签、能效指标看着都像正规厂家出品。这究竟是怎么回事呢?记者对南京二手空调市场进行了调查,发现不法商家竟用致癌药水“漂”白空调。

近年来,二手空调以其超低价格优势,越来越受到不少消费者的青睐。殊不知,许多看似“崭新”的二手空调,在翻新过程中经历了无所不

用其极的“神操作”,也在不知不觉中严重损害了消费者的权益。

对空调翻新造假不能听之任之。相关职能部门应该果断出击,从二手空调的回收、清洗、售卖,到相关标识的贩卖等全链条的各个环节,都要进行重拳打击。从长远来看,国家层面、家电行业应着手制定空调回收利用标准,让消费者心中有底,让商家有章可循,让执法者执法有据,从而让二手家电市场早日步入良性轨道。(河北威县 吴睿鹤 50岁)

公共安全容不得爆改

万物皆可“爆改”的风竟吹到了消防栓。贴上可爱贴纸,藏进自家橱柜,定制装饰遮挡……近日,媒体调查发现,不少居民将家门口的消防栓进行了改造。好好的消防栓为啥非要捣毁?有的是为了给不太美观的消防栓“遮丑”,有的则是为了把消防栓的空间腾挪出来,当家门口的储物柜、快递箱。

消防栓虽不起眼,也不美观,却是重要的公共安全设施,可在发生火灾时迅速提供水源。《消防法》规定,任何单位、个人不得损坏、挪用或者擅自

拆除、停用消防设施、器材,不得埋压、圈占、遮挡消火栓或者占用防火间距……特别是在小区居民楼里,结构复杂、人员密集,火灾救援分秒必争,这时候消防栓就是守护生命的第一道屏障。此前,因消防栓被破坏、上锁影响救援造成人员伤亡的惨痛案例并不少见。公共安全无小事,每个人都要对自己和他人负责。提高安全意识,仔细甄别那些热帖究竟是趣味分享,还是故意引流?千万别跟风跟到了坑里!(文/关未)

看图说话 “周末帮帮团”值得推广

理发、疏通下水管道、更换老旧电线、提供法律咨询……6月2日,浙江宁海县强蛟镇薛上岙村新时代文明实践站暖流涌动,一群“红马甲”的到来让这个坐落于半山腰的小村格外热闹。被称为

“周末帮帮团”的志愿服务队在周末如期进村让众多村民欣喜不已。

“周末帮帮团”的志愿者成员来自于各行各业,能覆盖村民生活的方方面面。这样的志愿服务多好多益善。期待有更多的地方能学习和借鉴这种做法,多些“村民视角”,多些“便捷关爱”,让更多的村民能享受到“家门口的幸福”。(浙江开化 魏芳 53岁)



街谈巷议

老年活动室岂能沦为摆设

有段时间没去社区老年活动室了,上周末这天,我跟几位老友约定,准备到老年活动室去闻闻书香。谁知,走访了附近几个老年活动室,我们都吃了“闭门羹”,要么关门,要么已改挪它用。偶有开门的,只有棋牌,没有书报。

老年活动室在建设之初,民政部、省民政厅都曾强调,社区老年活动室是为老年人提供服务和活动的专用场所,任何单位和个人均不得挪为他用。而且社区老年活动室必须本着由社区老人自我管理、自我服务的出发点,对老年人实行无偿或者低偿服

务。然而,多年过去,老年人更多了,老龄化程度更深了,社区老年活动室反而被冷落了,这真是令人唏嘘。

构建和谐社区、关怀老年人是全社会的责任。如何让老年活动室“活”起来,发展好?笔者认为应从完善阵地功能、加强内部管理、提升服务水平入手,多措并举,或鼓励社会力量参与其中,或通过多元参与、自治共管的方式补齐短板。总之,要让老年活动室从“有”到“优”,成为名副其实的老年人享受生活的家园,而不是沦为摆设。(安徽六安 汪云寿 71岁)