

X 心湖泛舟

给生活加点儿醋

□刘 锐

我在大学里选修中医美容课时，天天期待着老师给我们讲她的驻颜妙招。印象最深的便是她讲到醋的那一节课。据老师的经验之谈，醋是养颜佳品，从此，醋在我心中的地位直线上升。从之前的视而不见到喜闻乐见，吃饭的时候，能放醋的食物我都会倒上一口；房间里有异味时我喜欢用它作为空气清新剂……总的来说，我真心喜欢上了它，把它当成了生活中的宝。直到有一天，我彻底被它的风采惊呆了。

那天晚上临睡前，我听见自己的脚有臭汗味，我第一时间想起了醋。但想着酸醋泡过的脚该有多涩呀，我简直没勇气用它。思想斗争了一番，为了除去脚上的异味，我就豁出去了，硬着头皮把醋倒进了洗脚水里。泡完

脚晾干了以后，我试着去触摸了一下脚上的皮肤，那种光滑令我简直难以相信。我又连着摸了两遍脚，千真万确，用醋泡洗过的脚又光滑又柔软，我太惊喜了。醋真是好东西！

柴米油盐酱醋茶，生活中醋对我们来说是那样熟悉，但从养生健体的角度来说，我觉得自己从没好好了解过它，需要更深层地了解醋的养生妙用。

万物存在即有存在的道理，在生活中，或许还有很多像醋一样看似普通的东西却承载着不同凡响的价值。那些宝贝和惊喜也许就在我们身边，让我们用心感受、用眼睛去发现大自然赋予我们的富饶吧！

（作者供职于河南省中医院药学部）

W 微 言

像卖药一样卖饼干？
江中药业被指虚假宣传

近日，《第一财经日报》质疑江中药业“猴姑饼干”存在虚假宣传嫌疑：既非保健品更非药品却公然宣传养胃功效。“猴姑饼干”是江中集团 2013 年推出的“功效食品”系列中的一款新品。这一被定名为能养胃的“功效食品”饼干，由明星徐静蕾代言。上海市食品药品监督管理局安全研究中心副主任高惠君表示，并没有“功效食品”这一分类，“猴姑饼干”此举确实在打擦边球。报道称，江中药业出品的“猴姑饼干”宣传养胃功效，存在违规宣传的嫌疑。

药品、保健品和食品的销售是完全不同的渠道，企业要跨界营销，怎样把渠道建立起来也是未知数。

——晓 哲(销售人员)

饼干再有功效也是“垃圾食品”，胃病人群大可以直接买猴头菇熬汤做食疗，何必要花大价钱买零食呢？

——佳佳特(消费者)

这种饼干卖得特别贵，饼干三分之二的价格是广告费，是由我们消费者来买单的，谁买谁上当。

——衡水温莎(微博网友)

我们期望食品安全法律法规更加完善，使这种打政策“擦边球”的行为越来越少。

——郭 甜(白领)

S 诗 苑

春送你一首诗
天

春日迟迟，卉木萋萋。春天是一年之始，在我们满怀期待的时刻，风筝的线终于牵引着她，姗姗来到了。天上有白云飞舞，白蝴蝶从远处翩翩飞来，白野菊文绣着郊野，柳树梢、小河旁，处处都有了春天的讯息，迅疾、明亮。然而，春天又是短暂的。她来到得晚，又匆匆离去，她在诗人们的心头留下了酝酿了一冬的诗句。

等 待

□王玉红

我把时间都给了等待
等待你来，等待花开
等待大地变成油菜花的海

思念，被春风拉得很长很长
春雨，织出一张逃不脱的网

春天在召唤，深藏一冬的花蕾
该为你绽放了

春水，在每个细胞里流淌
心，被它触动
开始抽出新的枝桠
它疯长，终于
跳出了我的胸膛，那一瞬间
我看到了整个春天的来临

（作者供职于洛阳市新安县城头镇养士药店）

三 月 雪

□彭艳梅

三月的梨花雪，很轻，轻得仿若呼吸
很静，静得无声无息
三月，桃花开放，雪花轻落
问香何处？
零落成泥碾作尘
指尖，琴音，划过一场漫长的等待……
春天来了
是的，阳光洒落
世界温暖

（作者供职于灵宝市第三人民医院）

桃花盛开

□石泽丰

桃花，今夜，我要把酸涩的心
裹在腹中，不等蜜蜂传粉
请你用最后凋零的一瓣
包容我的多情

我在被告的春天，接受审判
今夜，春草旁听，我的罪证
我要用我的心
作无谓的争辩
我要护着我爱的人

四月，人间芳菲尽
我的心却像桃花一样盛开
（作者供职于安徽池州日报社）

溪边小草

□王泉滔

偎依在小溪身边的，只有小草
她们虽没有曼妙的身姿
相处非常和睦
小草为小溪披上绿装
小溪滋润小草
夏日
是她们最灿烂的日子
秋天
小草渐渐睡去
小溪黯然泪下
小草安慰小溪：我休息一会儿
冬日
小溪思念小草
小草却孕育着绿色
春天，
小草为了争春，走向人间
小溪又为小草歌唱
她们又奏响了生命的旋律

（作者供职于河南省沈丘县人民医院急诊科）

H 绘墨缘



花事匆匆 雷同 / 摄

R 人在职场

因为爱，付出爱

□韩 素

他是一个偏远地区的孩子，因从树上跌下挂伤而患了破伤风。来到医院感染性疾病科后，他的病情很快得到了控制。由于家里经济条件不好，他身上的衣服很破，护士高艳杰便把自己孩子正在穿的衣服送给他；刘双环给他送去了他最爱吃的香蕉。随着身体健康慢慢地恢复，孩子的脸上露出了笑容。

他是一位肺结核合并咯血的老年患者。他的大女儿害怕被传染不敢来陪护，二女儿正在坐月子，唯一的儿子正在上高中。他住进感染性疾病科后，由于病情较重，仍咯血不止。但护士们却丝毫不嫌弃他，不仅悉心照顾他、时刻关注他的病情变化，还鼓励他树立战胜疾病的信心。当患者的病情得到控制后，他对来看望他的儿子说：“这里的护士，个个都是好人！”

他是一个无家属、无钱办住院手续的患者，今年 38 岁。

他以肺结核合并发热入住感染性疾病科，后又查出他携带艾滋病病毒。入科后，医院不仅决定为他免费用药、积极救治，还派人积极寻找患者的亲属。几天后他病情加重，不幸死亡，虽然他的家人到最后也没来照顾他，但他走得很平静，带着很多人的关爱离开了世界。

…… ……

面对形形色色的患者，面对各种传染性疾病，只有心中有爱的人才能付出爱、播撒爱。感染性疾病科的护士们就是这样一群无私、博爱的人，在感染性疾病科工作，她们每一天都要和各种感染性疾病打交道，每一天都承担着更大的风险与责任。但她们有一个简单的信念，那就是“与人方便，快乐自己”。如果一个微笑、一声谢谢、一句肯定的话，对你而言是举手之劳，那么，请让我们再多给这些白衣天使们一些赞美吧！

（作者供职于宝丰县人民医院）

肿瘤治疗新选择——

激光消融

治肿瘤？现在简单了——用激光消融，一般几分钟搞定；
微创无痛、安全高效、无辐射、无污染；
啥感觉？局部有轻微热、痛感；
治疗后休息 30 分钟即可离开！

激 光 消 融
欧 洲 原 装
全 球 独 家

激光消融肿瘤微创治疗技术，可在肝脏肿瘤、甲状腺肿瘤、乳腺肿瘤、肾及肾上腺肿瘤、子宫肌瘤、前列腺肿瘤等的治疗上发挥重要作用。

随着医学科技的不断进步，激光消融直接作用于局灶性实体肿瘤(单个或多个)毁坏肿瘤组织的治疗方法暨微创肿瘤原位灭活技术，迅速发展为肿瘤治疗的新方法，在临床得到迅速推广和应用。

激光消融最先在欧洲用于肿瘤的微创治疗并被迅速推广，成为目前肿瘤治疗最先进的方法之一。

激光消融肿瘤微创治疗的技术具有如下特点：

- 1.微创、无痛：**本技术创伤极小，患者基本无痛苦，术后观察 30 分钟即可自行离开；
- 2.快速：**一般的消融过程控制在 20 分钟以内，短的仅需几分钟；
- 3.高效：**病变组织被汽化掉或凝固性坏死，进而被逐步吸收；
- 4.精准：**消融区域精准可控，可对一些复杂部位的肿瘤进行消融，突破传统的消融禁区；
- 5.安全：**1064 纳米的红宝石激光和 3 瓦~10 瓦的消融功率，通过精准的数字化发射和控制技术，确保更精细的消融边界控制，使之对周边正常组织的损伤降到最低并可控；
- 6.无辐射：**对被治疗的患者和医生均没有任何放射性危害；
- 7.无污染：**清洁环保。

该技术对瘤体可做到发现即可击毁，极大地减少了恶变的发生率；真正做到早发现、早诊断、早治疗；对肿瘤的治疗达到灭活的目的，具有其他方法无法达到的手术效果。