

天宫神舟载人飞行圆满成功 中共中央国务院中央军委致电祝贺

首个货运飞船天舟一号明年发射

>>>A3

新民观察

体壮如牛者
也要吃膏方?

专家“把脉”进补风
市场虚热该降温了

>>>详见 A2 版·要闻

微评

膏方的虚火

江砚

膏方,是中药的一种。虚火,也是个中医名词。身体上火,无论虚实,都不好。不过,实火者,身体还是好的,是环境或饮食有问题,引发某些症状,应对较易;而虚火,则内在“阴虚”,表现出来的,却是“阳亢”,治疗起来,要复杂些。

据说,人有进补之需。即使在西洋,照样有许多人大把大把地服用维他命、鱼油、钙片之类,也是“缺啥补啥”的意思。膏方大行其道,正是因为大家相信“冬令进补”。

说膏方市场有虚火,是有数据支撑的。虚在何处?一则,那么多地方卖膏方,质量难以保证;二则,那么多人服膏方,真的有这个必要吗?

膏方不能乱吃,道理不难懂。那么为什么会这样“上火”?当然是因为大家听信医生的话。医生又为什么热衷于开膏方呢?还不是利益驱动。这不,有的医院 30% 的利润,来自膏方。当悬壶济世成了买卖,自然面目可疑,甚至可憎了。

要去膏方的虚火,先要去“以药养医”之痼疾。这个比较复杂。目前,到权威医院找权威医生开方,是一个好办法。



订晚报 排长龙

今天一大早,淮海公园举行报刊订阅活动。赶来订阅新民晚报的市民络绎不绝,现场还排起了长龙。
本报记者 陈梦泽 摄影报道

阿姨沙龙 以歌消愁

江苏路街道“自管小组”照顾丧偶老人心理健康

健康上海

>>>详见 A4 版·上海新闻

红心柚带回家 黄橙果香满屋

爱上海 爱生活

绿油油的柚子树连成排,金灿灿的柚子从叶片间探出头。摘下一个,一瓣瓣柚子肉现出美丽的浅红色,入口甘冽。微风拂面,空气中仿佛弥漫丝丝清甜……一个沪上最大规模的“红柚文化园”初现青西郊野公园,市民可观赏采摘,还可带棵柚子树回家。

红柚文化园规划建设用地 442 亩。这些柚子树,十多年前引种自大名鼎鼎的江西广丰马家村“马家柚”。“大家都觉得,上海只有观赏性的柚子,却没有可食用的柚子,因为上海偏碱性的土壤,不适合种柚子。我们改良土壤,依托青浦优质的水源和无污染的环境,种出口感清甜的青浦红柚。”基地负责人夏贤水说。

目前,青浦红柚是上海唯一一个地产柚子品种,曾创下一棵树上结出 96 颗柚子的记录。今年年初,柚子树扛过极端低温的严寒,虽然产量减少,但口感分毫不减。去年基地试水采摘,10 天涌来 15000 人,连宁波、常熟游客也赶来尝鲜。随着青西郊野公园的开放和红柚园配套设施的完善,未来游园人数还会增加,预估一年可接待十万人次。

红柚园里还有容器苗。游客可以把一人多高的柚子树买回家,种到自家庭院或露台上,春赏花夏赏果,秋天吃上自己种的红柚。

柚子树正逐渐进入沪上公园和大型林带,比如奉贤海湾地区的世纪林等,让金灿灿的秋果成为秋景的一部分。目前,青浦红柚已推广约 2000 亩,本市嘉定、金山、松江、崇明等区和南通、嘉善、衢州等外省市,都有红柚的身影。青浦林业部门计划,在柚子园周边区域也种上柚子树,打造一个“柚子村”。

本报记者 金旻矣

今日导读

金改40条
细则发布
银行和高管准入简化
更好服务上海自贸区
>>>详见 A2 版·要闻

满65周岁不能
租公共自行车
工作人员解释防意外
市民建议放宽年龄
>>>详见 A5 版·社会新闻

童书赞不赞
孩子说了算
国际童书展迎客流
家长购书心态变化
>>>详见 A7 版·文体汇

陈元帅授奖牌
胡司令十连霸
上海棋牌文化博物馆
藏品背后个个有故事
>>>详见 A9 版·文体汇