

新民晚报

近年来,对于超大城市的管理更趋精细化,各项工作取得了许多成绩,令人欣喜。然而,专用停车位的管上尚存一些问题。

首先是残障人士专用停车位被他人占用。一些商场、超市以及部分景区,人性化地设置了残障人士专用停车位,其目的主要是方便使用轮椅的残障人士以及老人上下车。但是在高峰时期,它们被占用的现象屡有发生。这固然与停车资源紧张有关,但管上显然存在着漏洞。

其次是新能源充电停车位被他人占用。由于场地的特殊性,通常新能源充电车位兼具停车位功能,如果非纯电动及油电混合动力车辆在商场、超市、物业小区或者景区等处,是否属于违规的适用主体?

再次是迷你车位被他人占用。一些社会停车场设置了迷你车位,以最大限度提升空间利用率,满足小型车迷你车主的停车需求。然而,在迷你的量化指标方面缺乏具体指标,中型车停在迷你车位的情况极易引起不必要的纠纷,甚至可能堵

塞消防通道,引起安全隐患。

专用车位体现对特定群体的关爱,但与此同时也应予以精细化管理,否则很难实现其初衷。对此,建议采取如下措施。

一是统一执法标准。各地应效

精细化管理专用车位

殷骏

仿上海、北京的做法,制定和完善当地的《机动车停车条例》或《停车场(库)管理办法》。而对于马路停车位以外的专用车位,则建议建立违规举报机制,由当事人进行举报,交警进行执法,有条件的可以在商场、超市及景区设置电子警察执法装置。

二是进一步明确专用车位适用主体。对于残障人士车位,建议设置打卡机及地锁,通过刷残疾证或者身份证(内含年龄信息,可以设置70岁以上等年龄要求),满足条件的情况下地锁打开,驶离后2分钟自动上锁。应明确在商场、超

市、物业小区及景区等区域,纯电动及油电混合动力车以外的车辆停放也属违法。同时建议通过加装地锁等措施,使用充电APP解锁,APP与新能源牌照挂钩,可使其他车辆无法解锁。倡导对充电中的新能源汽车减免停车费用,但在充电完成后一定时间内,恢复原价。对于迷你车位,建议在车位旁醒目位置告知迷你车的尺寸规格。公共停车场应在停车费方面体现差异化,以体现鼓励使用小排量轻量化汽车的政策导向。

三是人性化管理。针对部分新能源充电车位以及残障人士车位,建议根据实际使用情况,设定高峰时段和非高峰时段。在高峰时段严格执行相关专用车位规定,在非高峰时段可部分统筹调配使用,但须在规定时间内驶离;并制定相应罚则(停车费加倍、锁车、罚款等)。适用身份证明应坚持自愿证明设备验证+社会监督并举原则,社会监督方面,应在现有违法行为举报平台中逐步完善相关功能。

用内分泌疗法等。西医把这种手术后继续予以治疗的方法叫做辅助性治疗或维持治疗。为什么以前不普遍流行的方法现在却变成了常用疗法呢?

这种疗法上的显著改变所反映的本质,其实就是对肿瘤细胞具有难死性,单靠手术和一两个疗程的放化疗都难以将其彻底灭净而仍在复发风险的认知上的显著进步。

以术后辅助性化疗为例。既然现在临床已经证明了它的有效性,那为什么不对更多的癌种都实施这种疗法呢?为什么又大多只再做

一个疗程的治疗而不长期持续呢?为什么不借助短期维持治疗的思路与方法去追求比5年更长时间的生存率呢?西医的主要理由是:1.有些早期癌种如甲状腺癌、乳腺癌、前列腺癌等的恶性程度低,其5年生存率本身就高,所以不必再做。2.有些癌种如鼻咽癌、胰腺癌等对化疗不敏感,即使做了效果也不理想。3.病理分期II期以上的患者才需要做,如果早期患者也做,则属于过度治疗。4.临床痊愈后的患者即使每年都做一次化疗以预防复发,效果也是不好的。理由有两个:一个是,现在没有发明出有效期能达一年的长效药物,所以一年仅做一次化疗可能是无效的。另一个是,一年只做一次化疗依然只能杀灭一定比例的肿瘤细胞,药效过后它又会

长起来。5.如长期治疗,不仅对人体有伤害,而且费用也大,对患者不利。

我对西医的上述观点都不予支持,与其相对应的否定理由分别是:1.有些早期癌种虽然恶性程度低,5年生存率因此也高,但它们毕竟都是癌症,而凡是癌症凭借现在的任何手段都是难以确保一次性斩草除根的。如把肿瘤的生物学行放在比5年更长的时期内加以考评,就可明显地观察到其继续增殖的基本趋势。也就是说,临床初愈以后复发转移的概率和风险对于每一位患者都是存在的。至于谁会复发或不复发,现在的医学手段是无法作出判断的。既然谁也无法排除这种概率,那么为安全起见理当继续治疗。病家渴望的岂只是5年,而是更长期的终身安全。2.西医认为某些癌症对化疗不敏感的说法是否一定正确,我认为可能尚需更长时间的考察研究。因为否定了这一结论的实验报告已在不断增多,而且出现了不少明显修正这一结论的临床实践。我以为对此

认识可能需要修正的观点应该是,有些癌种(不够)敏感的并非化疗这一方法,而是现有的化疗药物。3.西医对于癌症病理分期的本质意义只是对疾病轻重的判断,并不是对体内存在着多少肿瘤细胞所作出的准确判定,所以我以为它并不能成为术后是否再做辅助性化疗的主要依据。疾病早期反映的只是其程度,而不是其本质。程度轻,不等于没程度。现在流行的术后辅助化疗,剂量密集方法、需要长期使用的内分泌治疗等方法,不都是以往并不被指南所推荐的过度治疗吗?在一些根治性手术中,不仅要切除邻近癌灶有可能受累的区域淋巴结,甚至还要切除虽然正常但可能受累的部分脏器,这类预防性措施难道也能算是过度治疗?为什么要这样做呢?理由只有一个,肿瘤细胞有残余。目的也只有一个,用尽现有的一切方法,尽可能多地杀伤肿瘤细胞,以最大限度地减

少以后的复发几率。医学研究日新月异,凡在实现理想目标过程中只要是获益风险比高的任何认识或实践都是应该值得肯定和尝试的。4.现在固然还缺少长效的化疗药物,但这是难以做而不是该不该做的问题。再说只要技巧周到,现有药物中就不乏可用之品。1年只做1次化疗固然依旧不能杀净残存的肿瘤细胞,但杀掉一些,总比不杀要求得好。5.至于化疗对人体的伤害和费用问题,我认为这是持此论者对长期维持疗法心中无数所致的一个并不确切的观点。因为长期维持疗法只是在初期的主体疗法结束后再开展的一个预防和辅助性质的善后疗法,完全不需要像主体疗法那样的用药和那么多周期,所以副作用与费用都不会成为大的障碍。(待续)

都喜欢照镜,都喜欢说镜。皓月当空是月镜,月蕴纯洁意。碧波万顷是海镜,海涵浩瀚情。日照蓝天是光镜,光中涵正气。高元兴

都喜欢你,都喜欢说镜。生活需要镜,人生需要镜。爱美之心人皆有,镜前自有镜中人;岁月风尘常照眼,清水清澄亦清心。

镜子最真实,最无私。身怀率真之性情,明辨生命之本色;绝不会阳奉阴违,也不会黑白不分;有诚挚目光,不会说假,自浊者自浊;有纯亮品质,坦露真实,自清者自清。

高悬一明镜,鉴己鉴人皆可;说明白道理,干净做人做事。常沐清风人清醒,灵魂污垢不可留。

镜子虽小,能聚光世界;镜子很亮,能透彻心灵。不要轻视它,不要迁怒它。打得碎的是镜面,打不碎的是精神。

如果你,你想打碎镜子——那迸闪的碎珠,会变成尖锐的眼睛。但绝不会,绝不会变成——珍珠。

七夕会

你亲身体会过蹦极后,才可能有真实的感受。橡皮绳经过5至6次的反弹后,便停了下来。此时你会由衷地感叹:好刺激呀!可不是吗。

当你积累一定蹦极的经验后,便可以考虑各种不同的蹦极方式——前扑式、跳水式、空翻式,而情侣双人蹦极那又是另外一种情趣了。这样一来,你会更加爱上这项极限运动。虽说蹦极运动好玩又刺激,可是有心脑血管疾病的朋友是绝对不宜进行蹦极运动的。

今天讨论的是癌症治愈患者需要维持治疗的第八个理由:学术逻辑能够成立。因为内容偏多,我分二次讨论。

我提出的维持治疗的时限是以医学界尚未发明出攻克癌症的方法之前为

期,而西医以化疗为主的维持治疗的时限在6个月之内。我将这两者分别称为长期维持治疗与短期维持治疗。从现在来看,我的主张并不符合西医的主流观点和诊疗规范。我从西

医对肿瘤的认识和用法不断变更的轨迹来试着对这两者差别的原因作一解析,供大家参考。

以往西医在治疗早期乳腺、结直肠和食道等癌种时,主要重视根治性手术本身的成功,并不主张术后的巩固治疗。但现在对这些术后患者已经较多采用了后续的化疗、放疗,或者放化疗结合,或者再

次手术。这固然与停车资源紧张有关,但管上显然存在着漏洞。

首先是残障人士专用停车位被他人占用。一些商场、超市以及部分景区,人性化地设置了残障人士专用停车位,其目的主要是方便使用轮椅的残障人士以及老人上下车。但是在高峰时期,它们被占用的现象屡有发生。这固然与停车资源紧张有关,但管上显然存在着漏洞。

其次是新能源充电停车位被他人占用。由于场地的特殊性,通常新能源充电车位兼具停车位功能,如果非纯电动及油电混合动力车辆在商场、超市、物业小区或者景区等处,是否属于违规的适用主体?

再次是迷你车位被他人占用。一些社会停车场设置了迷你车位,以最大限度提升空间利用率,满足小型车迷你车主的停车需求。然而,在迷你的量化指标方面缺乏具体指标,中型车停在迷你车位的情况极易引起不必要的纠纷,甚至可能堵

塞消防通道,引起安全隐患。

专用车位体现对特定群体的关爱,但与此同时也应予以精细化管理,否则很难实现其初衷。对此,建议采取如下措施。

一是统一执法标准。各地应效

仿上海、北京的做法,制定和完善当地的《机动车停车条例》或《停车场(库)管理办法》。而对于马路停车位以外的专用车位,则建议建立违规举报机制,由当事人进行举报,交警进行执法,有条件的可以在商场、超市及景区设置电子警察执法装置。

二是进一步明确专用车位适用主体。对于残障人士车位,建议设置打卡机及地锁,通过刷残疾证或者身份证(内含年龄信息,可以设置70岁以上等年龄要求),满足条件的情况下地锁打开,驶离后2分钟自动上锁。应明确在商场、超

市、物业小区及景区等区域,纯电动及油电混合动力车以外的车辆停放也属违法。同时建议通过加装地锁等措施,使用充电APP解锁,APP与新能源牌照挂钩,可使其他车辆无法解锁。倡导对充电中的新能源汽车减免停车费用,但在充电完成后一定时间内,恢复原价。对于迷你车位,建议在车位旁醒目位置告知迷你车的尺寸规格。公共停车场应在停车费方面体现差异化,以体现鼓励使用小排量轻量化汽车的政策导向。

三是人性化管理。针对部分新能源充电车位以及残障人士车位,建议根据实际使用情况,设定高峰时段和非高峰时段。在高峰时段严格执行相关专用车位规定,在非高峰时段可部分统筹调配使用,但须在规定时间内驶离;并制定相应罚则(停车费加倍、锁车、罚款等)。适用身份证明应坚持自愿证明设备验证+社会监督并举原则,社会监督方面,应在现有违法行为举报平台中逐步完善相关功能。

用内分泌疗法等。西医把这种手术后继续予以治疗的方法叫做辅助性治疗或维持治疗。为什么以前不普遍流行的方法现在却变成了常用疗法呢?

这种疗法上的显著改变所反映的本质,其实就是对肿瘤细胞具有难死性,单靠手术和一两个疗程的放化疗都难以将其彻底灭净而仍在复发风险的认知上的显著进步。

以术后辅助性化疗为例。既然现在临床已经证明了它的有效性,那为什么不对更多的癌种都实施这种疗法呢?为什么又大多只再做

一个疗程的治疗而不长期持续呢?为什么不借助短期维持治疗的思路与方法去追求比5年更长时间的生存率呢?西医的主要理由是:1.有些早期癌种如甲状腺癌、乳腺癌、前列腺癌等的恶性程度低,其5年生存率本身就高,所以不必再做。2.有些癌种如鼻咽癌、胰腺癌等对化疗不敏感,即使做了效果也不理想。3.病理分期II期以上的患者才需要做,如果早期患者也做,则属于过度治疗。4.临床痊愈后的患者即使每年都做一次化疗以预防复发,效果也是不好的。理由有两个:一个是,现在没有发明出有效期能达一年的长效药物,所以一年仅做一次化疗可能是无效的。另一个是,一年只做一次化疗依然只能杀灭一定比例的肿瘤细胞,药效过后它又会

长起来。5.如长期治疗,不仅对人体有伤害,而且费用也大,对患者不利。

我对西医的上述观点都不予支持,与其相对应的否定理由分别是:1.有些早期癌种虽然恶性程度低,5年生存率因此也高,但它们毕竟都是癌症,而凡是癌症凭借现在的任何手段都是难以确保一次性斩草除根的。如把肿瘤的生物学行放在比5年更长的时期内加以考评,就可明显地观察到其继续增殖的基本趋势。也就是说,临床初愈以后复发转移的概率和风险对于每一位患者都是存在的。至于谁会复发或不复发,现在的医学手段是无法作出判断的。既然谁也无法排除这种概率,那么为安全起见理当继续治疗。病家渴望的岂只是5年,而是更长期的终身安全。2.西医认为某些癌症对化疗不敏感的说法是否一定正确,我认为可能尚需更长时间的考察研究。因为否定了这一结论的实验报告已在不断增多,而且出现了不少明显修正这一结论的临床实践。我以为对此

认识可能需要修正的观点应该是,有些癌种(不够)敏感的并非化疗这一方法,而是现有的化疗药物。3.西医对于癌症病理分期的本质意义只是对疾病轻重的判断,并不是对体内存在着多少肿瘤细胞所作出的准确判定,所以我以为它并不能成为术后是否再做辅助性化疗的主要依据。疾病早期反映的只是其程度,而不是其本质。程度轻,不等于没程度。现在流行的术后辅助化疗,剂量密集方法、需要长期使用的内分泌治疗等方法,不都是以往并不被指南所推荐的过度治疗吗?在一些根治性手术中,不仅要切除邻近癌灶有可能受累的区域淋巴结,甚至还要切除虽然正常但可能受累的部分脏器,这类预防性措施难道也能算是过度治疗?为什么要这样做呢?理由只有一个,肿瘤细胞有残余。目的也只有一个,用尽现有的一切方法,尽可能多地杀伤肿瘤细胞,以最大限度地减

少以后的复发几率。医学研究日新月异,凡在实现理想目标过程中只要是获益风险比高的任何认识或实践都是应该值得肯定和尝试的。4.现在固然还缺少长效的化疗药物,但这是难以做而不是该不该做的问题。再说只要技巧周到,现有药物中就不乏可用之品。1年只做1次化疗固然依旧不能杀净残存的肿瘤细胞,但杀掉一些,总比不杀要求得好。5.至于化疗对人体的伤害和费用问题,我认为这是持此论者对长期维持疗法心中无数所致的一个并不确切的观点。因为长期维持疗法只是在初期的主体疗法结束后再开展的一个预防和辅助性质的善后疗法,完全不需要像主体疗法那样的用药和那么多周期,所以副作用与费用都不会成为大的障碍。(待续)

都喜欢照镜,都喜欢说镜。皓月当空是月镜,月蕴纯洁意。碧波万顷是海镜,海涵浩瀚情。日照蓝天是光镜,光中涵正气。高元兴

都喜欢你,都喜欢说镜。生活需要镜,人生需要镜。爱美之心人皆有,镜前自有镜中人;岁月风尘常照眼,清水清澄亦清心。

镜子最真实,最无私。身怀率真之性情,明辨生命之本色;绝不会阳奉阴违,也不会黑白不分;有诚挚目光,不会说假,自浊者自浊;有纯亮品质,坦露真实,自清者自清。

高悬一明镜,鉴己鉴人皆可;说明白道理,干净做人做事。常沐清风人清醒,灵魂污垢不可留。

镜子虽小,能聚光世界;镜子很亮,能透彻心灵。不要轻视它,不要迁怒它。打得碎的是镜面,打不碎的是精神。

如果你,你想打碎镜子——那迸闪的碎珠,会变成尖锐的眼睛。但绝不会,绝不会变成——珍珠。

七夕会

你亲身体会过蹦极后,才可能有真实的感受。橡皮绳经过5至6次的反弹后,便停了下来。此时你会由衷地感叹:好刺激呀!可不是吗。

当你积累一定蹦极的经验后,便可以考虑各种不同的蹦极方式——前扑式、跳水式、空翻式,而情侣双人蹦极那又是另外一种情趣了。这样一来,你会更加爱上这项极限运动。虽说蹦极运动好玩又刺激,可是有心脑血管疾病的朋友是绝对不宜进行蹦极运动的。

蹦极是个很好的音译词,同时蹦极亦能顾名思义,即双脚并拢跳向空中,从而进行极限运动。在我看来,蹦极确是名副其实的极限运动。你想,蹦极的时候,仅凭借着绑在身上的橡皮绳,便从几十米乃至几百米的高空纵身一跃,这是多么需要勇气呀!相比蹦极,那些被称为之极限运动的攀岩、滑板、滑浪只不过是小菜一碟而已。难怪港澳同胞将蹦极称为笨猪跳。想想也是,倘若没有那股“傻”劲儿,那么

谁会去玩这种的极限运动呢?而当蹦极过后,我相信你会情不自禁甚至无可救药地爱上这种刺激又好玩的户外极限运动呢。

那回我与几位同事到香港,游玩过后大家似乎还有些犹未尽。于是,次日我们搭上快艇直奔澳门。

到达澳门后,有人提议去澳门观光塔蹦极。我们站在200多米高塔顶,豁然开朗之感真的油然而生,整个澳门更是尽收眼底。据工作人员介绍,如果天气好的话,还可以

望到对岸的珠海呢。

我们当然没有忘记,此行的主要目的是来蹦极的。蹦极前,工作人员简单地介绍了一些蹦极运动应注意的事项,并示范了动作。

另外,蹦极前一定要做做热身运动——转转脖子、扭扭腰、踮踮脚。随后工作人员将具有

无限收缩的绳索绑在我的身上,此时我双臂伸开、双脚并拢,一、二、三的口令过后,我就开始蹦极了。那紧张、刺激自由落体的感觉真是无法用语言来形容,只有当

蹦极去啰

黄显耀

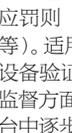
七夕会

你亲身体会过蹦极后,才可能有真实的感受。橡皮绳经过5至6次的反弹后,便停了下来。此时你会由衷地感叹:好刺激呀!可不是吗。

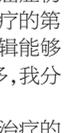
当你积累一定蹦极的经验后,便可以考虑各种不同的蹦极方式——前扑式、跳水式、空翻式,而情侣双人蹦极那又是另外一种情趣了。这样一来,你会更加爱上这项极限运动。虽说蹦极运动好玩又刺激,可是有心脑血管疾病的朋友是绝对不宜进行蹦极运动的。



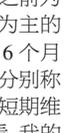
边看边聊



夫妻哨所



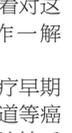
荷塘印象·雷华



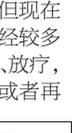
镜子



七夕会



健康



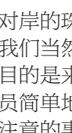
夜光杯



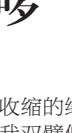
夫妻哨所



荷塘印象·雷华



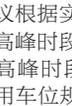
镜子



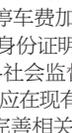
七夕会



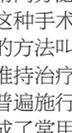
健康



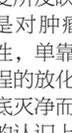
夫妻哨所



荷塘印象·雷华



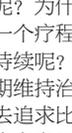
镜子



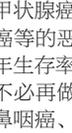
七夕会



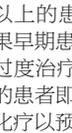
健康



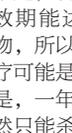
夜光杯



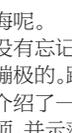
夫妻哨所



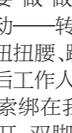
荷塘印象·雷华



镜子



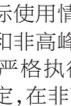
七夕会



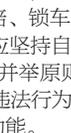
健康



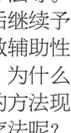
夜光杯



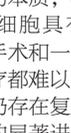
夫妻哨所



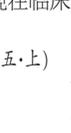
荷塘印象·雷华



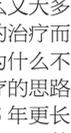
镜子



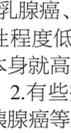
七夕会



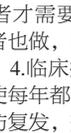
健康



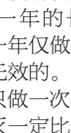
夜光杯



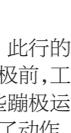
夫妻哨所



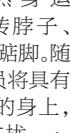
荷塘印象·雷华



镜子



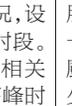
七夕会



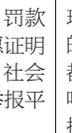
健康



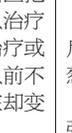
夜光杯



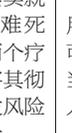
夫妻哨所



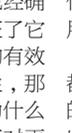
荷塘印象·雷华



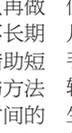
镜子



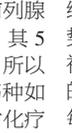
七夕会



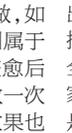
健康



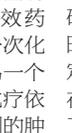
夜光杯



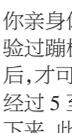
夫妻哨所



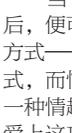
荷塘印象·雷华



镜子



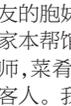
七夕会



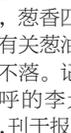
健康



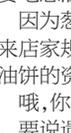
夜光杯



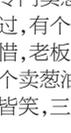
夫妻哨所



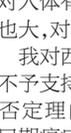
荷塘印象·雷华



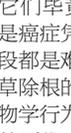
镜子



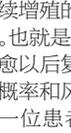
七夕会



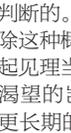
健康



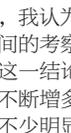
夜光杯



夫妻哨所



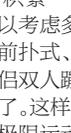
荷塘印象·雷华



镜子



七夕会



健康



夜光杯

