

全民“养生热”背后的冷思考

本报记者 李明德 文 唐强 图

核心提示

近年来,人们越来越关注自身健康,一场全民“养生热”随之而来。一些所谓的养生人士也被大众炒作成了“神医”或“养生明星”。

然而,随着张悟本等“神医”被曝光后,大家对这些所谓的“大家”们开始产生了怀疑。虽然张悟本所创造的养生神话已断断续续,但有关养生的话题依然是这个炎夏夏季的热门话题。

“养生热”现象,不禁让我们又喜又悲。喜的是老百姓对健康生活方式的追求,悲的是“养生热”现象所折射出医疗体制的不健全和全民基本健康素养的缺乏。

“张悟本现象”的曝光,犹如一盆冷水,将激情的养生热潮演变为冷静的养生思考。

疯狂的养生乱象

随着社会的不断发展和人们物质文化生活的不断提高,养生这个话题成了时下最为流行的一个热点,由此,也掀起了一场轰轰烈烈的全民“养生热潮”运动。

上世纪60年代初,社会上开始流行起鸡血治百病。那时候,很多人都相信这种治疗方法,一时间鸡血成了治病的宝贝。一些患病的人放弃去医院治疗,转而依赖喝鸡血来渴求驱除病魔。由于失去最佳医疗时机,一些患者喝鸡血不但没治好病,反而病情越来越严重,更甚者一些病人由此丢掉了性命。

上世纪70年代末期,气功热渐渐流行起来。到了上世纪80年代中期以后,出现了全国性的气功热,而且这股热潮此起彼伏,持续不衰。到上世纪90年代,大大小小的气功团体已有300多个以上,各种功法有2000多种,有关气功的研究会、讲习班、训练班、书刊层出不穷,气功现象成为人们茶余饭后持久性的热门话题。

那是一个想入非非的年代,当时正值改革开放的初期,对电视剧中的香港武打片情有独钟,是一种视觉和思维的开拓,新的思想出现了活跃的动向。民间的武术团体也开始动作起来,新一代的年轻人就会从模仿到跟从,崇拜剧中的动作和人物,如《霍元甲》就是推动中国武术起点的动力,在《少林寺》播放后,中国的武术、气功正式全面发展,传统气功和新一代的气功百花齐放,真假难分。

这场气功热全民运动,被演绎得有些疯狂,有些盲从。20多年过去了,当我们用理智来回首那段疯狂的日子,留下的仅仅是一些茶余饭后的谈资。

上世纪90年代,“神医”胡万林,成了那个年代最具代表性的人物。他的出现,点燃了那个时代的激情。然而,医死人事件发生后,胡的“神话”也随之灰飞烟灭。最终,胡倒在了“神龛”之下,沦为阶下囚。

时光穿梭至2006年,台湾“排毒教父”林光常进入了人们视线。他所宣扬的理论就是“生吃”、“不喝煮开的水”、“牛奶是牛喝的,不是人喝的”、“每天吃一个红薯可以保证不得癌症”,并极力推荐“排毒餐”、“地瓜餐”、“喝好水”、“备长炭”、“瀑布负离子”等声称有疗效的食品,在海内外的知名度颇高。

有癌症患者称,由于听信他的说法而导致延误治疗、病情恶化;而林光常也被台湾检察部门起诉,判刑7年。检方认为,林光常利用患者急切治愈癌症的心理,施用诈术鼓吹被害人购买产品,并要求放弃正当医疗行为,导致病情恶化延误治疗时机。

今年,张悟本的横空出世犹如一剂兴奋剂,注入了人们的身躯中。从这个原本躁动的养生话题增添了新的兴奋点。然而,随着媒体的曝光,张悟本最终还是被彻底打回到了原形,神话已不在,其养生谬论也随着“悟本堂”的摘牌拆顶而不攻自破。张悟本以及他的食疗神话,如今已被大众当作一个笑话。

谁造就了“养生明星”?

谁造就了“养生明星”?有人说,一个原因是当代人工作生活的压力很大,尤其是年轻的白领不同程度出现了亚健康状态,需要进行调整。再则,生病就医去医院费时费钱,大多数人希望获得更多的健康知识预防疾病,这些都促使养生类书籍持续热销。如《从头到脚说健康》、《黄帝内经》、《求医不如求己》、《不生病的智慧》等依托中医而写的健康养生书籍,长期占据着中国各类图书排行榜前列。

伴随着养生类图书的热卖,电视上以养生为内容的栏目层出不穷,仅某电视台的频道中,与养生保健有关的节目就多达十余个。收视率高的指挥棒使养生专家成为热门人物。访谈、娱乐节目中,养生专家的风头不亚于娱乐明星。

嘉宾们收获的是广告效应。据报道,北京一家中医医院的医生们做客某养生类节目不到一年,全院门诊量增加1/4。许多中医专家也从名医转变为明星,一位专家上过节目后,15元的挂号费被号贩子炒到600元。

电视的推波助澜,做出了养生市场的“蛋糕”。面对利益诱惑,一些不法分子开始浑水摸鱼,比如因诈骗入狱的林光常和被判入狱的胡万林等。他们搭乘媒体的渡船,采取冒充“博士”、“神医”的招数,推销反医学常识的养生怪论,误导大众购买其书籍、光盘、保健品和药品,骗取钱财。

“媒体本应该成为质疑、揭露保健骗局的主力,却有意无意地成为一些‘神医’的帮凶。”旅美学者方舟子如是说。

对此现象,医学界专家指出,我国公众的医学知识普及率低,缺乏对健康类图书的辨伪

能力。如果不纠正出版社和电视台的盲目趋利行为,“养生明星”就会层出不穷。今天倒下,明天站起十个。因此,专家认为,杜绝此类现象的发生,在大力提倡健康保健教育的同时,还要建立一整套完整的准入、审查和惩罚措施,明确养生科普讲座应该由谁来讲、讲什么内容、怎么把关等问题。新闻媒体应建立“黑名单”制度,该警告的警告,该惩罚的惩罚,不能让媒体成为“神医”的摇篮。

养生“怪论”糟蹋中医

河南中医学院教授在接受记者采访时说:“可以毫不讳言地说,现在所谓畅销书、热门电视节目中宣讲的中医保健内容可谓混乱不堪。一个很突出的特点就是,冒牌专家大行其道。一些所谓专家甚至根本没真正受过严格的医学训练,没有真正的临床经验,对中医药学的了解处于一个很肤浅的层面上。他们有些人是把古籍中的某些观点不加分析地任意发挥,有些人则是对某种生命现象乃至疾病表现做出一些缺乏科学依据的解说,甚至全无理由地信口开河。比如,现在有关‘手纹辨病’的书很畅销,但有几家中、西医院里有手纹辨病的医生呢?手纹辨病之类问题不是不可以研究,但万不能没有根据地盲目迷信。这不单单是降低了中医科学严谨性的问题,因为它们本来就不是主流,甚至连非主流都算不上,而只是挂着中医的招牌。实际上,古籍中有生命力的东西主要是一些核心内容,那些非常边缘的部分恰恰是被否定中医的人揪住不放的人已经死去的枝叶。如果大肆宣传实在是授人以柄,自毁长城,贻害社会。这种种不负责任的行为,不仅有害于公众的健康理念,有害于中医形象,也有害于各类媒体的形象。”

一些中医人士指出,这些所谓的“养生专家”观点完全是一些谬论,他们是在糟蹋中医。

早餐应不应该吃?大部分养生书籍都认为必须吃早饭,而且一定要吃得丰富些;《病从寒中来》却认为勉强吃下早餐对身体有害而无一利,还可能引起消化不良、痢疾、呕吐等。

蔬菜水果可不可以多吃?《病从寒中来》认为生蔬菜有让身体变冷的作用,所以不要多吃,如果菜的话要放上能使体温上升的盐加以中和。《把吃出来的病吃回去》认为多吃些生拌菜一类的素食,可以把肝火降下来,让身体达到一个平衡。《这样吃最健康》认为蔬果属碱性食物,可多吃。

大蒜可不可以多吃?《不生病的智慧》认为,大蒜能治很多医院治不了的病。《这样吃最健康》认为大蒜是惰性食物,会使我们经常生病。

补肾效果最好的是什么?《不生病的智慧》提供的是海虾,《把吃出来的病吃回去》提供的是黑豆……



在各种养生书里,说法千奇百怪,一个比一个耸人听闻。很多老百姓看了之后很迷惑,不知道究竟该相信谁。

北京中医药大学教授王琦认为,这些养生怪论与中医基本理论脱节,有的甚至是猎奇和哗众取宠,给中医发展带来了负面影响。中医认为,一个咳嗽病人,可以由肺热引起,由肺气不足引起,由肝热引起,由肾虚引起,因此,五脏皆可令人咳,非独肺也。中医将医生分为上工、中工、下工。上工治未病,中工治欲病,下工治已病。未病、欲病和已病,三者的内容截然不同。某些“养生专家”错误地把治疗和养生等同起来,把已病的人当成未病或是欲病的人。混淆这些中医固有的概念,最终损害的是中医形象,影响的是中医发展。

中医国情调研组执行组长陈其广教授认为,把自己编造的养生理论,披上中医的外衣欺骗公众,这是糟蹋中医的声誉。

谁来治疗“病态”养生热

“张悟本现象”的曝光,犹如一盆冷水,将激情的养生热潮演变为冷静的养生思考。我们希望,这股养生的“虚热”能早日得以清理,还养生市场一个真正繁荣的景象。

其实从林光常、张悟本等事件中,折射出了一个现象:不学医的人写医、不懂养生的人讲养生、非中医专家讲中医,而真正的医学专家名声却无人问津。对于这个问题,很多医学专家也表现出一种无奈。

反思人们为何如此热衷“养生明星”,是因为诞生“明星”的“平台”非常权威——电视、电

台、出版社。如今很多东西可以被娱乐化、商业化,但医学是万万不容许的。它是一门严肃的科学,任何一个观点的提出,都必须有确切的科学依据,戏说健康等于亵渎生命。

河南省中医药管理局有关人士则指出,中医学是我国的一笔宝贵财富,应该加强普及,正确认识、重点保护。中医学博大精深,人们并不具备鉴别某些知识真伪的能力,这就需要政府的手段与力量为其把关。应当建立专家资质审查机制和讲座内容及出版内容的审查机制。养生行业是一个尚未成型的队伍,还应该尽快建立医学科普专家队伍长期做下去,并借政府的力量普及科学知识,提高全民健康素养。

2006年,国家正式批准一个新的职业:健康管理师。这是首次将健康管理概念正式引入中国。然而多年过去,我国的健康管理仍然停留在初级阶段。目前国内真正掌握健康管理知识的人还是少数。

时代患“病”了,老百姓吃“药”。这就是“张悟本现象”产生的前提和基础。

从这也可见出,张悟本并不可怕,可怕的是无处不在的狂热情绪,以及集体无意识的跟风行为。然而,现代社会依然在人为制造一个又一个的大众消费神话。更可怕的是,每当一个神话破灭,人们便迫不及待地寻找和抓住另一个神话,并且趋之若鹜,呈集体癫狂状。在这种情况下,就算今天人们不再“满城尽喝绿豆汤”,明天恐怕还是会“举国尽饮迷魂药”。

不得不说,这样的社会文化是残缺不全的,这样的大众消费心理也是病态的。

病态的养生热,是我们自己造成的,治疗这种病态的“神医”,也只有我们自己。

新闻时评

从伦敦零碳馆的26只旅行箱看创意产业

本届上海世博会,人们领略了许多神奇。英国人除了在英国馆展示自己的创新想法外,还在伦敦零碳馆摆放了26只神秘的旅行箱。人们看了旅行箱的介绍,会颠覆自己好些个“正常”的想法。26只旅行箱就如同打开人们新视觉、新视野的藏宝箱。(7月28日《新闻晨报》)

26只旅行箱,都是时下最为流行的复古风格,让人忍不住想要拎回家。如果再仔细看看箱子内五花八门的展示,人们会有更大的惊奇:“城市鸟箱”周围,围了一群小鸟,它表现了伦敦人身边的自然环境,小鸟好像随时都会从箱子里飞出来。地铁里种番茄从而净化空气的想法,更是显得创意十足。仔细观察、耐心琢磨后就会发现:26只箱子以巧妙的办法把现在和未来的伦敦打包进去,从而展示英国人的创造力,对发展低碳经济的重视,以及精彩纷呈的多元文化和生活方式。

简单、好玩就是好。这是旅行箱设计者所做的选择。26只旅行箱,里面装的都是简单又好玩的事物。这里的简单不是简陋,它包含了美学范畴内的极简、简洁意味。简单、好玩里不乏让人叹服的想象力,简单、好玩的思想中有创意、低碳生活等等的具体内容构成。譬如创意,创意不单是创意本身,它还是发展中的产业。“创意产业是一个很广泛的概念,包括时尚、电影、出版、电子游戏、表演、设计、建筑等诸多行业。”伦敦发展署业务支持及推广部总监罗贝德接受记者采访时如是说。就是说,创意已成为人们的行为方式及现实表达。在创意的条件下,具有创新意识的人会把脑子里的新想法转化为成功的商业运作模式。创意产业在社会生活中的覆盖面越来越大,几乎无处不在。但是,人们不难感受到,与伦敦蓬勃发展的创意产业不同,本土许多城市的创意产业积累很薄弱,发展速度很慢。创意产业是在文化的涵盖之下,只有文化发达、文化先进,才会有创意产业的发达与先进。玩创意及发展创意产业不能没有持续喷发的文化想象力,想象力是创意及创意产业的支撑。想象力的缺乏在于创造思维的匮乏,本土创意产业之所以发展得不像样子,这是主因,除此之外,还有内部与外部环境问题。而且,本土玩创意的人也不太会利用创意产业的势能。

26只旅行箱展现了伦敦这个城市在创意产业上所焕发出的活力,但是伦敦的活力只是伦敦的活力,不是本土城市所具备的。见证伦敦的活力后,一定要见贤思齐。这是发展本土创意产业的基本态度。人们只有树立起创意的雄心,激发创造的灵感,充分释放想象力,才有可能爆发后发优势,让世人在文化历史中亦见证本土城市创意产业的兴盛与繁荣。今语

罚款提成是权力催生的怪胎

时下,一股处罚之风盛行湖南省株洲市街头。但是,行使处罚权的不是交警,也不是城管队员,而是身穿“黄马甲”的市容环卫监督员。令人惊讶的是,罚款提成竟高达50%,无形中提高了这个看似不起眼的岗位的“含金量”。

赋予环卫监督员罚款大权,与株洲市创建国家卫生城市有密切关联,该市先后下达了两份红头文件,要求加大对随地吐痰、乱扔果皮、纸屑、烟头、乱倒垃圾、乱穿马路等不文明行为的处罚力度,规定市容环卫监督员可以“当场开具票据、收缴罚款”。

但是,罚款提成,总令人联想起坐地分赃。罚款越多,提成越多,罚款与收益直接挂钩,无疑为罚款创收行为增添了强大动力。本来,从常理上讲,

罚没收入越少,说明社会的文明程度越高、市民的法治意识越强,是大家都愿意看到的结果。可是有了罚款提成的诱惑,市民多违法、常违法就成了执法者眼巴巴的期待——为人所深恶痛绝的“钓鱼执法”,往往就是拜罚款提成所赐,是权力催生的一个怪胎。“靠山吃山,靠水吃水”,我们看到,再微小的权力,一旦失去了监督与制衡,也难以阻止其兑现成利益的冲动。

挟“以罚代法”之威力,株洲市曾于去年底获得了“国家卫生城市”的荣誉称号。但是,这个以牺牲依法行政为代价的称号,到底有多大的意义?一个让市民生活在罚款阴影下的城市,到底有多少幸福感可言?当然,对下发罚款提成红头文件的人来说,这

样的设问并不重要,他们需要的只是象征政绩的“国家卫生城市”的结果。虽然当地媒体多次对这种“执法”乱象进行曝光,也有不少市民呼吁抵制这种违法的“执法”行为,但高比例的罚款提成,使这股罚款之风历时两年依旧经久不衰。

尤其令人感慨的是,部分临近城市的城管部门也纷纷赶赴株洲“学习”、“取经”。可见,罚款提成激发了环卫监督员的“执法”热情,而以罚代法所带来的立竿见影的效果,又使得这一将公权力私有化的荒唐做法,成了被模仿的对象。如何维护法的尊严,防止这样的“经验”被继续自发地推广下去,是一个值得深思的话题。

晶晶

新闻漫画：起步价

“要求男方资产在400万元人民币以上,当然多多益善啊!”近日,一女网友在东湖社区发出一篇征婚帖子,语言大胆雷人,引起网友热议,点击率已近2万。

罗琪作



水利工程如何不变为水患工程

24日,陕西安康、石泉水库再次泄洪,致使下游的湖北郧西县夹河镇6天来第二次遭水肆虐。此前的7月18日晚,石泉水库泄洪,夹河镇2400户被淹,基础设施遭到毁灭性冲击。《楚天都市报》7月25日23日晚,陕西安康县麻家碛水库在放水过程中发生闸门冲毁灾害,导致3人死亡、5人下落不明。(新华网7月26日)

两起事件或许并不大,只是洪灾中的一个小插曲而已,但反映出的问题却令人思考。本来,水利工程是将滔滔之水化为对人类有利的资源,但我们却看到此种造成损害的尴

尬景象。上游泄洪下遭殃,不过是水利设施带来的负效应之一。

水利工程搞成“水患工程”,根本的一条在于不讲科学,只顾私利。温家宝总理23日在武汉考察防汛抗洪时强调,无数次实践告诉我们:水资源治理、保护和利用都要按科学规律办事,做到人与自然和谐相处,人水和谐共处。但一些项目恰恰不按科学出牌,要么埋下隐患,要么遭患无穷。

水利本应涵盖防洪、灌溉、航运、水土保持、水资源保护、渔业等众多除害兴利的含义,但诸多水利工程仅限于发电的效益或是短期政绩,置其他

利害于不顾,在自己赚钱之后,哪管洪水滔天,大旱无边。于是,下游缺水它蓄水,下游防汛它放水,这种为了一己发电之私的“逆调节”,一直被专家所诟病。至于其他的环境危害,亦鲜有考虑者。自然的反应是无情的,美国、印度都有被迫炸坝的先例。

让水库以防洪、灌溉为重才是回到水利的正道,让水利工程跟都江堰一样造福于民,而不是某个单位或某个地区的生财工具,才能万古长青。为此,任何水利设施从开建到使用上,都须严格遵循对人民生命财产安全有利的原则,方能不枉“水利”之名。云利