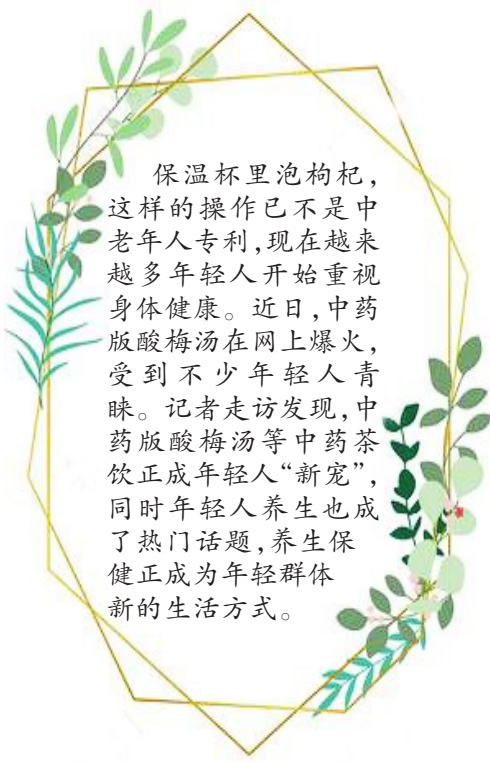


“中药茶饮”受到年轻人喜爱



保温杯里泡枸杞，这样的操作已不是中老年人专利，现在越来越多人开始重视身体健康。近日，中药版酸梅汤在网上爆火，受到不少年轻人青睐。记者走访发现，中药版酸梅汤等中药茶饮正成年轻人“新宠”，同时年轻人养生也成了热门话题，养生保健正成为年轻群体新的生活方式。

年轻人的“新宠”

近日，“到中药房配酸梅汤”的话题一度登上短视频平台热搜，引来不少网友围观。中药酸梅汤在网上火出圈，各地视频博主纷纷展示走进药房抓药的经历，太原的视频博主也不例外。

低廉的价格，就能熬一壶原汁原味的酸梅汤，看到视频的年轻人坐不住了，纷纷前往中药店体验。不止酸梅汤，决明子、茯苓、桑葚、陈皮、菊花，都成了茶饮主角，“中药茶饮”受到年轻人的青睐。

记者走访数家医院和药店发现，不少中医馆不仅可以配到酸梅汤，还可以买到现熬的酸梅汤。有的药房没有酸梅汤现成配方，需要提供处方，有的则由医师提供方子。记者发现，相比省市级中医院，年轻人更喜欢中医馆和以售卖中药饮品为主的茶饮店。在五一路与府东街交叉口的家中药店内，医师告诉记者，一副酸梅汤方子需要10元，够3个人喝，可根据个人体质调方、减方，如果加上冰糖口味更佳。柳巷一家中药茶饮店内，不但可以喝到熬制好的酸梅汤，还能买到各种中药饮品所需药材。

记者注意到，该店还针对年轻人推出了山楂瘦瘦茶、金菊雪梨润肺茶等中药茶饮。除了线下，线上电商平台各商家也推出了酸梅汤原材料包，买家可以购买后自行熬制。

年轻人何为注重养生

“养生茶和各种中药补品都吃过，不管有没有效果就是图个心安。”“90后”家装设计师李伟坦言，因为经常需要加班，每天感到十分疲惫，便开始关注养生类节目，在网上购买各种中药滋补品。今年23岁的小吴经常熬夜做题，担心熬夜会影响皮肤和身体健康，几乎每天都要喝菊花枸杞养生茶、菊花决明子养肝茶等中药茶。

在线上电商平台，菊花枸杞养生茶、菊花决明子养肝茶等中药茶饮，月销最高达3万件，而“买家秀”发图的多是年轻人。一名年轻买家留言，“用来熬夜挺好，人一定要注意养生！”走进市图书馆，来自自习的年轻人手中，各种养生茶并不鲜见。

采访中记者发现，不管是在职场打拼的上班族，还是为学业挑灯夜战的学生党，面对工作和学习压力，容易陷入“健康焦虑”，养生保健成为年轻人

人的刚需。据第一财经商业数据中心发布的年轻人养生消费趋势报告显示，九成以上的“90后”已具备养生意识，且超半数“90后”正走在养生路上。

喝中药饮品不可盲目

“现在年轻人来药店抓滋补类中药的越来越多！”北京同仁堂山西药业五一路药店的工作人员告诉记者，相对于商业化产品中可能的添加剂、食材品质风险，中药房的酸梅汤显然原料更安全，而且比市场上的茶饮更有价格优势。“这次中药酸梅汤登上热搜，除了年轻人赶时髦和猎奇心理外，也说明年轻人越来越注重健康和安，对中医也越来越认可。”他说。

“中药饮品并不适合所有人，不能一味追求新鲜感，胃酸过多、胃病、脾胃虚弱的患者并不适合饮用酸梅汤！”市第二人民医院中医科主任李婷认为，年轻人追求养生，不能只寄希望于酸梅汤或其他中药饮品，有效的养生方式应当是良好的心态、健康的饮食和规律的生活，抵制不良行为习惯，远比酸梅汤等中药饮品来得有效。 记者 郭晓华

装修怕扰邻 留言表歉意

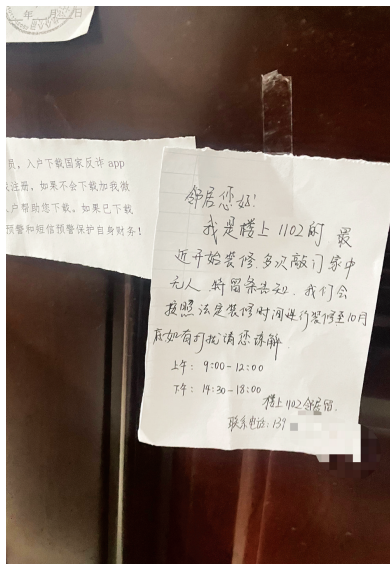
本报讯(记者 李涛 通讯员 张妍 文/摄)装修,容易引起邻里矛盾。不过,一封封贴在门上的致歉信却得到了左邻右舍的理解。9月20日,玉门花园小区B区13号楼,多位居民向玉园南社区的网格员提及这件暖心事:楼里搬来新住户,装修前,怕吵到大伙,先在微信群里发出温馨提示,又手写了留言,贴在周围邻居的家门外。暖心的做法,拉近了邻里关系。

“邻居您好!我是楼上住户,最近开始装修,多次敲门家中无人,特留条告知。我们会按照法定装修时间施工,会持续到10月底,如有打扰请您谅解。”13号楼的居民陈先生回家时,见防盗门上贴了这样一张手写的致歉信,落款是楼上的住户,还附有联系电话。

话。隔壁门上也有同样的留言。原来,新搬来的住户装修房间,担心噪音影响邻居,先是挨个上门打招呼,有的家里没人,就留了这么一张纸条。

纸条上,装修期限、户主、电话都很清楚,装修时间也合理,大家看后纷纷夸赞。居民赵大爷笑着说:“这家人真有心,装修中有点动静也正常,咱也多多理解。”还有邻居来到楼上,主动告诉新邻居:“有啥需要帮忙的,尽管说。”

网格员高光华也被这细心善意的举动所感动,她将这张纸条的照片发到了朋友圈。“家中装修原本就是相互体谅的事,但是装修的邻居用他一个小小的举动就获得了全楼的支持,值得借鉴。”她这样留言。



来自12345媒体专席的报道

变压器故障引发停电 原是商铺用电超负荷

本报讯(记者 郭晓华 通讯员 闫俊宇)刚玉小区二区变压器故障,导致小区经常停电,居民意见很大,不少居民致电“12345”热线,希望尽快解决问题。9月18日,“12345”热线接到市民反映,立即派单责任单位处置。“12345”热线媒体专席记者跟进事情进展,了解“工单”处理情况。

“你好,我是东岗路刚玉小区二区居民,我们小区5、6、7号楼的电源共用一个变压器,变压器经常出故障,引发停电,希望相关部门排查变压器着火原因尽快修复!”9月18日上午,“12345”热线接到市民反映,立即派单至小店区政府智慧城市发展服务中心,该中心又派单至营盘街东岗路二社区。

9月20日,记者从东岗路二社区了解到,社区接到“12345”热线派单的同时,也接到居民反映。停电导致居民生活不便,临街商铺无法经营,社区对此十分重视,立即组织社区工作人员和网格员到现场了解情况,并联系物业维修人员检查停电原因。物业维修人员经过排查,发现是小区临街商铺用电负荷太大,导致变压器隔离开关熔断引发停电。

了解情况后,物业维修人员立即更换备用材料,经过7个小时的抢修,小区终于恢复供电。随后,网格员张宏梅走访各商户,提醒商户安全用电、节约用电、错峰用电,避免再次出现停电情况。

男子反复咳嗽 竟因图钉入肺

本报讯(记者 魏薇)装修工人李师傅反复咳嗽了近半年,都没有找到病因,直到9月中旬,咳痰出血才赶紧就医。日前,省人民医院呼吸与危重症医学科副主任吴玉枝通过气管镜将李师傅肺部的图钉顺利取出。

李师傅多年来一直从事家居装修工作,总是会吸入粉尘等物,再加上抽烟,也时常会咳嗽。可最近半年,李师傅咳嗽越发剧烈,吃了止咳药也不管用。直到最近发现自己咳喘加剧,痰里还有血丝,李师傅吓坏了,这才赶紧到医院就诊。

在老家医院,胸部CT检查显示为左肺占位性病变,输液治疗后虽然症状减轻,但左肺占位并无变化,医生建议李师傅去省级医院就诊。省人民医

院吴玉枝副主任为他进行了气管镜检查。通过气管镜,医生在屏幕中看到李师傅肺部左下叶基底段管口有异物将管腔堵塞住了大半,腔内还有粘稠分泌物,其他支气管也有粘膜充血,将分泌物冲洗吸出,确认并无其他异常增生后,即刻使用异物钳将异物取出。取出的异物竟然是一枚有些生锈的图钉。医生详细追问病史,李师傅这才想起,今年3月,他干活时,为图方便把10多枚图钉含在嘴里,结果呛了一下,此后就咳嗽加重,想不到竟然把图钉吸入肺里。

气道异物很常见,吸入的异物也是五花八门。吴医生还收治了一名72岁患者,气道异物竟然是玉米粒,而且相关部位已经化脓。

医生表示,气道异物如果在肺里太久,长时间的机械摩擦、辣椒刺激和感染,异物周围会形成肉芽肿。临床上,支气管异物都以良性病变为主,但异物长时间摩擦刺激也可能导致癌变。成人因为有健全的咀嚼功能和喉反射功能,异物通常不易进入气管支气管,但如果进食过快、大声说笑或醉酒误吸呕吐,就容易有气道异物的危险。如果异物较大,完全阻塞气管,还可能引起窒息,危及生命。异物在气道内长期未取出,也会出现阻塞性肺炎、肺萎缩等,甚至发生癌变。医生提醒,吃东西时避免大声说笑或打闹,尽量细嚼慢咽,以免食物呛入气管。如果长期反复慢性咳嗽、咳痰甚至咯血时,应及时到医院进行相关检查,查明病因。

慎转发验证码 守护好“钱袋子”

本报讯(记者 郭晓华 通讯员 邢倩雯)“这些骗子的花样真多,如果不是你提醒,我差点被骗3万元!”9月19日,漪汾苑社区网格员成功阻止一起网络诈骗后,居民对其表达了谢意。

当日下午,漪汾苑社区网格员郭利斌正在辖区巡查,居民白女士找到他焦急地说,她接到大同打来的电话,对方

称是微信工作人员,还准确地说出她的个人信息,并说她办理的腾讯微保保单免费试用期已到,将开启每月2000元的自动续费,要求她登录网站办理退保。她点击进入网站链接,显示需要绑定银行卡重置密码,对方催促她尽快发手机验证码,否则,就要冻结扣费。

“千万别发验证码,这肯定是电信

网络诈骗!”郭利斌确认白女士没有发给对方验证码后,让她立即终止后续操作。此外,他还建议白女士先将该银行卡账户下的资金转给其爱人。随后,他帮助白女士登录“国家反诈中心”APP,并开启预警功能,让白女士在“国家反诈中心”APP里了解多种诈骗案例,强化反诈意识,提高警惕。白女士对郭利斌的及时帮助表达了谢意。