

不交“人头费”，就围殴游客？

□王立雪(本报)

媒体报道，因为不愿骑马和交100元“人头费”，在云南拉市海景区马场，新疆游客张女士被马场10余名工作人员围殴3分钟，导致她手掌骨折、脑震荡。(12月16日《京华时报》)

2013年10月1日，我国首部《旅游法》实施，其中三大亮点就是：不得安排购物、取消自费项目、不得索要小费。这三大亮点不仅直指旅行社的痛处，更是从根本上开出药方。作为首部维护游客消费权益、规范旅游行业秩序、促进旅游经济健康和谐发展的法律引起

了诸多关注。

但《旅游法》实施后，有法不依，执法不严现象仍然存在。有的导游还是带着游客到购物店，以听课、介绍特产、了解名品等形式安排购物，商家和导游说得天花乱坠。如果游客们购物，导游就卖力气介绍当地景点风光；如果游客不购物，导游就会给脸色看。他们要么说一些“小气、不舍得花钱，以后别出门、我们也是义务劳动”之类的话让人听了心烦。有的导游会让游客参加自费项目，说这个项目不包括在这次的游览中，每人要再交100元钱。然后说这个景点或这次演出如何如何地好，好不容易来一回，机会不容错过等等，苦口婆心地劝说，大有语不惊人死不休的劲头。有的性子急的人干脆花钱参加，图个耳根清净。

除了导游的一些强摊硬派之外，还有一

种现象值得注意：商场居然也能登上4A景区名单。据报道，成都市海宁皮革城这个原本以皮革、玉器、家具交易为主业的商场居然登上了4A景区名单。这样的事情早已不再新鲜，江苏的常熟服装城、扬州京华城、常州南大街等，不已经成了知名的购物旅游景区了吗？临沂皮革城也成了国家3A级旅游景区。这不摆着让游客去购物、去消费吗？

还有的旅行社擅自改变旅游协议，不按旅游协议所定的线路、景点旅游，降低交通、住宿等标准，比如将承诺的“空调旅游巴士”换成普通客车，将“双人标准间”改为4人间，且卫生间公用等等。类似景区“爆棚”、游客“滞留”、游客被强制消费甚至被辱骂等不和谐事件比比皆是。

是新法威慑力不够还是执法力度不严？

事实证明，旅游法实施后依然暴露出很多问题，对旅游乱象应开出最严厉的罚单。旅游法能否起效还得看法律是否能执行到位，是否能对违法行为做到“零容忍”。在依法治国的背景下，要坚持有法必依，执法必严，违法必究，这样才能防止乱象的发生，才能让那些嚣张的违法者受到法律的严惩。

近日，山东省文明委《关于深入推进文明旅游工作的实施意见》，要求各市旅游部门提高旅行社出境组团资质的准入门槛，建立退出机制，把文明旅游工作情况作为核准的基本条件；加强对导游、领队的管理，严格执行导游、领队执业资格相关制度，及时清理不符合资质的导游、领队，打击“黑领队”和“野导游”。这是对旅游乱象的进一步治理，是对《旅游法》的具体贯彻落实。

网言个论

假警察 守护的是什么

□西坡

到政府大楼办事，经常能遇到警察对往来人员盘查，很少有人觉得有什么不妥。“新华视点”记者近日发现，黑龙江省佳木斯市政府大楼前着警服、佩警衔的政府机关保卫人员，竟然大多是“冒牌货”，连这里的派出所也是违规私设的。

政府大楼为什么需要假警察守着？冒牌“派出所”的负责人说，他们的主要任务是维持政府门前的治安秩序。报道中的这一点或许是关键因素：“这些年上访告状的人员增多，每年硬闯市政府的就有上万人，穿上警服有时还管不住呢。”穿上警服还管不住，下一步莫非穿特警作战服？

面对记者，一名假警察理直气壮：“虽然穿警服不合法，但有领导批示同意，警衔、警号也是公安局发的。”显然，他的领导和当地公安局比他更理直气壮。气势大壮，都看不见《警察法》。

现在引起了舆论关注，自然会有人来打假，但我们仍然需要追问，政府机关用假警察能守住什么？

表面上看，守住的是秩序，或许当地领导心中也不平，“那么多上访的来闹，让我们怎么办？”但即使上访者逾越了和平理性的界限，也不是设立假警察的理由，从没听说过非法手段会有益于法治的。

画里有话



“贴心”

□法晚

中国乘客大闹亚航事件似乎并没有平息。有网友爆料，韩国廉价航空公司真航空近日在机舱内专门准备了简体中文安全提示：客舱闹事最多罚五年以下有期徒刑。网友称“太丢脸了”。

如今的“贴心”还不是因为当初的闹心。(12月17日《法制晚报》)

谢驭飞/图

微言大义

@雷鸣Max(初步印象):想看到另一部《让子弹飞》的人周末要失望了。《一步之遥》注定会是姜文导演最有争议的一部片子。姜导把一个十分钟就能讲完的简单故事，用一种极端夸张、极端荒诞、极端戏剧化的方式，咬着牙使着劲儿讲了一遍，用“有钱任性”的态度，搞出一部票房还会不错，但恐怕多数观众看完会茫然的电影。

@LifeTime(北美投资人):有人把卢布崩塌与油价下跌简单相关非常幼稚。对石油产业依赖度更高、全球最大产油国沙特货币里亚尔为何没有这种窘态？俄罗斯卢布的崩塌最根本原因还在于冒险政治给俄罗斯市场带来恐惧，从而导致资本外撤造成的。这种外撤的主流并不是外国投资，而是俄罗斯本国的资本。

@小老头(媒体人):一些人呼吁的“除夕放假”要实现了，可舆论并不怎么亢奋。好多人怪无假可蹭，反而让春节假期缩短了一天。假日办撤了，没法骂了，可公布假期安排的又落得一头包。放与不放成两难，其实大众的诉求挺明显：就是在假期总量上加一天，不知这个究竟有多难。

无偿献血奉献爱心，拯救生命风雨无阻。

你有高血脂危机吗？

我们人体的血脂中主要包含胆固醇、甘油三酯(即中性脂肪)、磷脂、脂肪酸等。血脂增高叫高血脂，但在临床上我们经常称作是高脂血症。高脂血症是一种常见病症，中老年人是多发群体，发病率较高，它会引发动脉粥样硬化，乃至冠心病。那么，如何判断自己是否处于高血脂危机呢？

血脂异常的征兆有以下六点：

- 1. 头晕：**这是高脂血症患者常见的早期症状之一，尤其是中老年人，常表现为早晨起床后感觉头脑不清醒，早餐后有所改善，午后却极易犯困，但夜晚很清醒。
- 2. 皮肤出现黄斑或黑斑：**身体某些部位突然出现黄色、橘黄色或棕红色的结节、斑块、疹子，或者在短时间内面部、手部出现较多的黑斑。
- 3. 腿抽筋：**腿部经常抽筋，常常感到肌肉刺痛，或者小腿发凉、麻木，这都是胆固醇堆积在腿部肌肉中的表现。
- 4. 视物模糊：**看东西模糊或者出现视力下降，这是血液变得粘稠，流速出现减慢，使得视神经或视网膜暂时性缺血缺氧所致。
- 5. 饱餐后腹痛：**饱餐后腹痛反复发作，可见是高脂血症导致的肠系膜动脉硬化性胃肠缺血。
- 6. 耳鸣：**经常会耳鸣和重听，也与高脂血症有关，这是因为高血脂使得较细窄的内耳血管更加狭窄，发生供血障碍所致。若出现上述征兆，请及时前往医院诊断治疗，切勿耽误救治时机。需要注意的是，在药物治疗的同时，进行饮食调理和体育锻炼也是不可或缺的。

血液在人体流动的方向是怎样的？

血液循环系统是血液在体内流动的通道，分为心血管系统和淋巴系统两部分。淋巴系统是静脉系统的辅助装置，而一般所说的循环系统指的是心血管系统。

心血管系统是由心脏、动脉、毛细血管及静脉组成的一个封闭的运输系统。由心脏不停地跳动，提供动力推动血液在其中循环流动，为机体的各种细胞提供了赖以生存的物质，包括营养物质和氧气，也带走了细胞代谢的产物二氧化碳。同时许多激素及其他信息物质也通过血液的运输得以到达其靶器官，以此协调整个机体的功能，因此，维持血液循环系统于

良好的工作状态，是机体得以生存的条件，而其中的核心是将血压维持在正常水平。

人体的循环系统由体循环和肺循环两部分组成

体循环开始于左心室。血液从左心室搏出后，流经动脉及其派生的若干动脉分支，将血液送入相应的器官。动脉再经多次分支，管径逐渐变细，血管数目逐渐增多，最终到达毛细血管，在此处通过细胞间液同组织细胞进行物质交换。血液中的氧和营养物质被组织吸收，而组织中的二氧化碳和其他代谢产物进入血液中，变动脉血为静脉血。此间静脉管径逐渐变粗，数目逐渐减少，直到最后所有静脉均汇集到上腔静脉和下腔静脉，血液即由此回到左心房，从而完成了体循环过程。

肺循环自右心室开始。静脉血被右心室搏出，经肺动脉到达肺泡周围的毛细血管网，在此排出二氧化碳，吸收新鲜氧气，变静脉血为动脉血，然后再经肺静脉流回左心房。左心房的血再入左心室，又经大循环遍布全身。这样血液通过体循环和肺循环不断地运转，完成了血液循环的重要任务。

献血不影响循环血容量

献血会影响自己身体的血液循环吗？身体内的血小板变少吗？很多人在献血前都会有这样的疑问，下面就一起来看看科学的回答。

血液是由55-60%的血浆和40-45%的血细胞(红细胞、白细胞、血小板)组成的。血细胞主要是红细胞，它的机能是运送氧气到身体各部，并将代谢产生的二氧化碳送到肺部随呼气而排出体外。白细胞其次是白细胞，它能帮助人体抵御细菌、病毒和其他异物的侵袭，是保护人体健康的卫士。血细胞还包括血小板，当人体出血时，它可以发挥凝血和止血的作用。

血浆中90%是水，其余为蛋白质、钠、钾、激素、酶等人体新陈代谢所需要的物质，维持人体正常生命活动。

人体内血液的总量称为血量，是血浆量和血细胞量的总和，除红细胞外，其它血细胞数量很少，常忽略不计。人体内的血量是根据人的体重来决定的。正常人的血量相当于体重的7-8%，或相当于每公斤体重70-80毫升，其中血浆量为40-50毫升。同样体重的人，瘦者比肥胖人的血量稍多一

点，男人比女人的血量要多一些。

一个人一次献血200-400毫升只占总血量的5-10%，献血后储存的肝脏、脾脏的血液马上会补充上来，不会减少循环血容量。献血后失去的水分和无机物，1-2小时就会补充上。血浆蛋白质由肝脏合成，一两天内就能得到补充。血小板、白细胞和红细胞也很快就恢复到原来水平。

多喝水可以提高血液质量

实验研究显示，大量饮水可以有效提高人体内血液质量。血液是一种红色黏稠的液体，它在我们的血管内日夜不停地流动，成为人体生命的源泉，使体内细胞不断更新，各组织、器官的功能得以维持，让人充满活力。

血液的作用主要有以下几点：

- 1. 运输：**血液把从消化道吸收来的营养物质和从肺泡吸入的氧气，运送到全身各组织细胞；同时将细胞代谢所产生的二氧化碳及其他废物，如尿酸、尿素、肌酸等，运送到肺、肾、皮肤等排泄器官，排出体外。
- 2. 调节：**内分泌腺所分泌的激素和其他组织细胞所产生的一些生物活性物质，必须通过血液传递到各组织器官，从而对它们的活性进行调节。
- 3. 保护：**血液中含有大量的白细胞、巨嗜细胞、单核细胞和各种抗体、补体，具有强大的免疫功能，充当着人体的卫士，能够抵抗体内和外界各种有毒物质的侵袭，在细胞和体液的自我免疫过程中起重要作用。

如何保持血液系统的健康稳定呢？首先，要保证充足的饮水，以便加快血液的代谢，使有毒物质尽快排出体外，让血液保持良好的流动性及其成分的合理搭配。血脂过高、血液过于黏稠等都会引起血液质量的改变，是引发疾病的根源。平时注意补水，特别是喝一些对健康有益的茶水，对降低血脂、改善血液在微小血管中的流动作用很明显。

无偿献血之窗

本栏目策划组稿 赵燕 黄云瑞