

一缕药香一片心

香包里的端午记忆

香包，古称香囊、艾符，其根源可追溯至古代“艾虎”习俗。古人常于端午节将艾叶编成老虎形状，或用彩绸剪作虎形并插艾叶，佩戴于胸前或头发上，寓意驱瘟避邪。

传说中，张天师于五月初五骑艾虎巡游四方，所到之处五毒（蝎子、蜈蚣、蛇、壁虎、蟾蜍）化为灰烬，妖邪退散。艾叶本具杀菌驱虫功效，虎又象征威猛镇宅，两者合一，体现了古人求安宁、祈健康的心愿。

端午节，人们尤其喜爱虎的形象。许多地区的儿童会穿虎头鞋、戴虎头帽、睡虎头枕，甚至后背贴虎头布饰，希望在“百兽之王”的庇护下健康成长。艾符则以五彩绸布缝制成粽子、桃花、葫芦、小动物、五毒等形状，内填艾叶、雄黄、白芷、丁香、冰片等芳香中药，有驱蚊避秽、清新净气之功效。

香包多由年轻姑娘亲手缝制，端午节当天送给弟妹、侄儿女，或自己佩戴，形制精美，小巧玲珑，色彩艳丽，被誉为“佩在襟前逗人爱”。部分地区还保留“扔灾”习俗，节日当天将佩戴的粽形饰品和香包丢弃，寓意驱逐灾祸。

香包也常作为情感寄



托，尤其在一些少数民族地区，姑娘用棉织品和丝线绣出花卉、鱼虫、人物等图案，赠予心上人作为定情信物，既美观又含情意。

佩戴香包的习俗，也源于“驱五毒”的民间传统。俗话说：“端午节，天气热，五毒醒，不安宁。”北方一些地区会用彩纸剪出五毒图形，贴于门窗、墙壁，或用针刺其头，挂在孩子手臂上，象征“刺死毒虫”。也有用黄布做成葫芦形袋子，装入五毒纸形，以镇邪封毒；或将五毒串成长串，配上艾草、菖蒲、大蒜等，寓意用刀剑斩毒、用锁封毒。人们将此挂于门前，称为“悬端午景”，以示避邪迎祥。

香包、艾符与驱五毒的种种做法，体现出古人对防病祛疫的关注。实际上，这

些习俗也潜藏着卫生与健康理念，尤其香包所含芳香药材确有一定驱虫抗菌作用，至今仍具现实意义。

关于香包的传说也广为流传。相传古时汉中盆地年年夏季爆发瘟疫，百姓只得进山避难。一年端午，八仙之一铁拐李看到一妇人背大抱小涉水逃难，见她舍弃亲儿、救邻家孤儿，深受感动，赠其药包保平安。妇人回家后将药分赠乡邻，当年凡佩戴者均未染病。此后，香包作为避疫良方广为流传，而端午佩戴香包的习俗也由此流传至今。

从古至今，香包不仅是节日佩饰，更承载着中国人趋吉避凶、护佑安康的愿望。它小巧的身躯里，藏着的是文化的延续，是世代相传的生活智慧与爱心传递。

徐淑荣

制止浪费不止于光盘
更关乎舌尖上的安全

为营造“厉行节约、反对浪费”的良好氛围，交流制止餐饮浪费工作经验，市场监管总局、国家发展改革委联合发布制止餐饮浪费第六批典型经验做法。

从这批典型经验可以看出，各地在推动“反浪费”工作中，不仅注重文明餐桌建设，也越来越强调与食品安全的有机结合。节约与安全并非割裂存在，它们在实际操作中互为促进，协同共治。

比如江苏省在学校食堂推行“制止浪费工作指引”，明确从食材采购、储存、加工到供餐全过程提出改进建议，不仅有助于减少食物浪费，也有利于降低变质、交叉污染等食品安全风险。食堂管理者按照标准采购和配餐，不

仅节省成本，还能提高餐食质量与安全性。

安徽亳州则通过“食安数智管理平台”实现智能监管，消费者扫码监督、政府精准评价、商户责任公示，这一做法让节约行为和食品安全责任同步接受社会监督，实现了技术赋能下的共治格局。三色监管码不仅反映经营主体的节约状况，也推动了其食品安全管理水平的提升。

在宴请较多的大型餐饮场所，武汉市积极推进“反浪费管理员”制度，对消费者用餐过程进行引导和提醒，防止不必要的浪费，同时也能在第一时间发现食品处理不当的问题。这类机制在宣传文明用餐的同时，也在无形中提升了用餐安全水平。

佛山市则通过“家庭—社区—餐饮企业”联动机制，搭建“团圆饭光盘积分”平台，鼓励居民上传光盘照片兑换代金券，引导节日节约消费；同时，推出“定制菜单”服务，根据人数智能推荐菜品分量，既减少浪费，又有助于精确计算用料，降低食材滞留和二次污染风险。这些看似便民的举措，实则也从供需匹配层面提升了食品安全保障水平。

节约是一种生活态度，更是一种安全防线。将反浪费融入食品安全治理中，不仅能更科学地管理食材资源，降低浪费带来的储存和处置压力，也能在每一个看似微小的环节中提升食品安全水平。让“舌尖上的文明”真正成为“舌尖上的安全”的有力支撑，值得在更大范围推广与深化。

冰倩

■ 医疗时评

即时结算“加速度”
医保改革更高效更便民

国家医保局数据显示，今年一季度，全国医保基金即时结算已覆盖超24万家定点医药机构，结算金额超1600亿元。这不仅是一个数据增长的体现，更是医保制度运行效率显著提升、民生红利持续释放的缩影。

医保基金即时结算的核心，是以“实时报、及时付”的方式，推动医保资金从“账上转”到“机构到账”，减少中间环节，降低垫付成本，加快资金流转。这对于众多定点医疗机构和药店而言，无异于“及时雨”。资金结算效率提高了，机构现金流更稳了，有助于缓解运营压力、改善服务能力，也为基层和民营医疗机构发展注入了更大信心。

从具体举措看，各地因地制宜、分类推进：河北、浙江、安徽、河南等省份通过提高拨付频次，吉林、黑龙江、广西等省份压缩结算周期，北京、上海等省份采用按月预拨。无论是哪种方式，目的只有一个——让医保资金更高效流动，让参保群众更顺畅就医。

更值得关注的是，这项改革不仅关乎资金拨付，更是“三医联动”（医疗、医保、医药）深化协同治理的关键环节。即时结算既提高了基金运行的安全性和透明度，也倒逼医疗机构提升管理效率，推动医药服务更加规范、透明、公正，营造良性的行业生态。

按照国家医保局规划，到2025年，全国80%左右统筹地区将基本实现即时结算，2026年推广至全国所有统筹地区。这意味着，越来越多的参保人将享受到“就医不再垫付”“购药不用等报销”的便捷体验，真正实现“医保在手，看病无忧”。

乐新

用假进口换真利润
该给“健康生意”划红线了

“虚标成分、成本低廉！这些‘全球购’、保税仓发货的保健品，竟是假进口！”近日，《财经调查》的报道揭开了一条制假售假的黑色产业链。这些打着“跨境进口”旗号的保健品，表面上手续齐全、宣传诱人，实则查无来源、成分虚标、无任何海外踪迹。看似“全球购”，实为“境内造、境外壳、国内卖”的彻头彻尾的骗局。

在报道中，售价129元、销量近4万的女性复合维生素，被宣传为“美国原装进口”，但在美网站和超市无迹可寻；“LAXIN”品牌的纳豆激酶红曲片，被标榜为高活性进口产品，却连品牌都找不到出处。更有甚者，安徽一家企业工作人员坦言，保健品“胶囊在国内装好，只运去境外装瓶贴标再回流”，只为套上“洋品牌”的外衣。这些产品最终进入保税仓，再通过直播间、网店高价卖给消费者。

令人痛心的是，这类保健品往往打着“养生”“呵护长辈健康”的旗号，精准收割那些最容易相信、最愿为亲人投入的中老年群体及其子女。他们也许没有能力分辨真假，只是想为父母买点“好东西”。可谁能想到，一颗看似贴心的保健胶囊，背后竟藏着对健康的冒犯与对亲情的亵渎？

“全球购”不该成为造假的护身符，保税仓更不能成为监管的死角。开设境外公司、购买商标、虚标含量、再反向转销的“玩法”，折射出当前跨境保健品领域的漏洞与失守。监管不应再停留于表面流程和纸面资质，平台审核也不能只看“文件齐不齐”，更要问一句：这个品牌真的存在吗？这个成分真的靠谱吗？

健康不是生意的筹码，爱也不该被包装成谎言售卖。要想守住消费者的信任、家庭的安心，除了技术上堵漏洞，更要在制度和法律上亮出底线。造假者要付出代价，欺骗者不能再逍遥法外。

吴微微