

“脆皮年轻人”养生账单月超千元

颈椎、腰椎疾病年轻化,让理疗、推拿在年轻人间日益盛行。长期熬夜后,一些年轻人受自我补偿安慰心理影响选择吃保健品,买各种泡脚包、热敷贴等。

“公立医院、明码标价、没有推销……”在同事的强烈推荐下,26岁的于超凡提前一周挂了北京按摩医院的推拿门诊。他告诉记者,想在医院做推拿,起码需要提前3天预约,尤其周末的号,基本一放出来就被抢空。

在社交媒体平台,除了按摩推拿,也有许多年轻人热衷于分享八段锦、艾灸、刮痧等中医治疗或养生方式。这些“干货帖”也得到了网友的热议讨论和点赞收藏。对此,专家提醒,应审慎评价身体状况后选择适合自己的养生或治疗方式,切勿盲目跟风。

看中公立医院按摩科的高性价比

作为产品经理的于超凡,经常在电脑前一坐就是半天时间,长期伏案工作让他时常感到肩颈酸胀,年轻同事中有的还患上急性腰椎间盘突出症,这些都让于超凡感到不安。为保持身体健康,2023年起他开始频繁做按摩、推拿、理疗等项目。

“起初是去推拿馆,基本每次花费上百元,有的技师水平还非常有限。”后来在同事推荐下,于超凡“转战”到按摩医院。有同事告诉他,医生手法更专业,也不会乱收费或者推销办卡。还有的同事则是看中医院的高性价比:“公立医院按摩科可以纳入医保报销,有的单位还能二次报销,报销完可能一次只需自费十几元。”

于超凡发现,与他有同样想法的年轻人不在少数,即便是在工作日诊疗室外仍坐着不少人,平均每个患者等待时长在半个小时以上,有的患者还一边等候一边处理工作。

“首次治疗时医生会安排一次CT检查。”于超凡说,医生给他做的诊断分析是颈椎轻度左偏,生理曲度变直,考虑C5-6椎间盘存在病变。“当时突然紧张了起来,但医生很快安慰说,这在年轻人中挺常见的。”

医生还告诉于超凡,这类颈椎病变大多与长时间久坐、缺乏运动相关,多见于IT人员、教师、会计、司机等群体。

专业人士分析,近年来,中医理疗、推拿在年轻人之间日益盛行与颈椎、腰椎疾病的年轻化有关,许多年轻人也常用“脆皮”来形容自己,“年纪轻轻、一身



毛病、一碰就疼,因此一些人下班后选择到医院做这些项目。”

有人月均“养生账单”超千元

不只是去医院做推拿,这届年轻人也带火了其他养生方式。在某视频网站,八段锦教学视频单条播放量最高超过2800万次,许多互称“锦友”的网友在弹幕区打卡跟练。在社交媒体平台,艾灸、刮痧、茶饮内调、泡脚攻略等“种草”短视频动辄点赞、收藏量过万。

在北京从事直播行业的李昊经常忙到后半夜,他粗算后发现,自己月均“养生账单”超过1000元:“每月口服的保健品要200元,买各种泡脚包、热敷贴要400元,推拿按摩要480元……”今年27岁的章曼的工作是媒体运营,同样经常熬夜加班的她几乎每天都会口服维C、锌片、辅酶Q10、奶蓟草片等。这个习惯她已经坚持了5年,单是这一项每月花销就在500元左右。

记者采访发现,随着工作和生活节奏加快,很多年轻人因担心身体不适影响生活质量,开始关注保健信息,也早早地加入了养生队伍。

据央视财经发布的《中国美好生活大调查》数据显示,2023年18岁至35岁的年轻人消费榜单排名中,健康消费跻身年轻人消费意愿的第3名。另据2022年发布的《Z世代营养消费趋势报告》显示,年轻人正身体力行地成为当下养生消费主力军,平均每位城市常住居民年均花费超过1000元用于健康养生,其中18岁至35岁的年轻消费人群占比高达83.7%。

专家提醒养生不必盲目跟风

“患者请不要在牵引时看手机。”近日,记者在一家按摩医院看到,在不足10平方米的牵引室里,正在做牵引治疗的大部分是年轻人,而护士总会不时提醒那些一边治疗一边低头看手机的患者。

北京中医药大学针灸推拿学院教授薛卫国表示,年轻人出现颈肩腰腿痛等症状,一方面与不良的体态、缺乏运动等生活习惯相关,另一方面也与精神压力高度相关。如果压力大、情绪焦虑,也会使肌肉处在紧张状态,引起身体不适。

薛卫国建议,有不适症状的年轻人除了到医院寻求按摩、推拿、理疗外,也要在日常生活中加强对自身身心的关注,从形、气、神3个方面综合调整状态,静下心来读书,和朋友聊聊天,也能起到缓解身体疲劳的效果。

“虽然说不清保健品的功效究竟有多大,但总觉得要是不吃这些,还天天熬夜,身体肯定更不好。”李昊坦言,明知自己身体有不适,但还是忍不住时常熬夜打游戏、玩手机,“选择在养生上花钱,也是出于一种自我补偿安慰的心态吧。”

针对年轻人追捧中医养生的现象,薛卫国认为,年轻人可以根据自身情况进行尝试,但不必盲目跟风,最重要的是要找到适合自己体质和生活习惯的养生方式,“如果身体出现不适,还是要通过正规的医疗机构进行诊断,警惕被一些带有过度商业盈利意图的养生话术裹挟。”

本报综合消息

国内金价为何强势

春节假期接近尾声,历经新一轮火爆行情的黄金市场持续坚挺。

17日,记者采访了解到,大部分金店足金报价仍高位运行,保持在600元/克左右。但也有部分金店叠加情人节优惠下,价格曾低至530元/克。

相较于黄金消费市场的火热,国际金价出现持续震荡下跌。其中,COMEX黄金期货价格与伦敦黄金现货价格自2月以来双双出现下跌,曾跌破2000美元/盎司。不过,截至发稿,价格有所回升。

走访

“今日报价626元/克”

2月17日,记者采访了解到,多数金店足金报价仍然坚挺在600元/克以上。

其中,周大福门店店员表示,足金价格在春节期间一直都稳定在620元左右,“今日报价626元/克”。不过,该店员还称,当日可享受每克减30元的最后一天活动,即596元/克。

六福珠宝店员同样向记者报出了626元/克的价格。“(六福珠宝)金价总体来说最近都是620多元的价格。”对于店铺金价高位运行的势头,该店员无奈称,“金价我们也控制不了”。

周大生某门店则向记者透露,当日金价优惠后价格在566元/克,甚至低于情人节当日。其称,情人节当日报价629元/克,在每克减60元的优惠下为569元/克。“近一个月的价格都在620元左右,情人节的优惠活动力度挺大,每克减60元活动在2月18日结束。”

相较而言,中国黄金金价相对温和。一门店店员表示,17日金价为539元/克,“2月16日金价降了一点,是530元/克,但是又涨回去了。”对于门店优惠政策,其表示,一口价饰品还有满1000元送300元的价格,按克重计算,会员可享受每克减5元的优惠。

趋势

黄金市场下沉三四线城市

记者在与黄金销售人员交流中发现,虽然去年春节期间购买黄金的顾客也很多,但与今年春节相比较,今年黄金销量增加了一倍,消费者购买热情高涨。有业内人士表示,这与近年来黄金市场下沉有一定的关系。据公开数据显示,三线及以下城市黄金珠宝人均年消费水平从2017年的460.7元增至2022年的617.5元,复合年增长率6.0%,超过一、二线城市和全国平均水平。

中国黄金此前披露的投资者关系活动记录表显示,公司2023年门店布局达到年初既定目标4000家,未来保持10%的增速,强势区域主要集中在三四线城市,一二线城市的主要商圈布局未饱和,也是未来需要重点布局的地域。

潮宏基此前也表示,公司现有的门店主要在一、二、三线城市,这两年拓展也主要以二、三线城市为主,但成熟区域会下沉到三、四线,甚至进一步下沉。此外,周大福《2023年珠宝首饰调查报告》显示,下沉市场消费者更重视品牌,89%的三线城市和92%的四线城市消费者的购买会受珠宝首饰品牌影响。

观察

国际金价下跌,国内金价强势

国际金价方面,近日出现了下跌,一度跌破2000美元/盎司。

COMEX黄金期货价格累计已连续两周下跌。其中,2月13日,COMEX黄金期货价格大跌1.33%。2月14日持续下跌,盘中跌至1996.4美元/盎司,当日跌幅0.11%。

不过,COMEX黄金期货价格后续两个交易日出现回升,截至发稿,报2025.5美元/盎司。

另外,伦敦黄金现货价格同样出现下跌。与COMEX黄金期货价格相同,均在2月13日和14日出现大幅下跌,并跌破2000美元/盎司。其中,2月13日大跌1.34%。截至发稿,伦敦黄金现货价格亦有所回升,报2013.055美元/盎司。

不过,记者发现,自2023年以来中国国内黄金的价格与国际金价相比较,国内金价一直表现得较为强势。对此,创元研究院贵金属分析师何燚表示,2023年以来,国内金价相比国际金价略显坚挺,主要内在逻辑是消费影响和投资倾向。

“首先国内黄金消费要好于国外,2023年中国黄金消费全球第一;其次是投资倾向影响,2023年国际黄金ETF持仓净流出,而国内黄金ETF则是净流入,反映国内和国际对黄金的投资倾向不一致,国际市场倾向于权益资产,而在国内黄金受到追捧。上述因素共同作用,使得国内黄金溢价。”何燚称。

本报综合消息

华裔荷兰小伙认亲 母子30年后重逢

2月11日,大年初二,春节的喜庆氛围正浓,寻亲17年的华裔荷兰小伙苟永明回到四川米易认亲,见到了失散30年的妈妈。

4岁时被荷兰夫妇收养

1994年11月的一天,在四川省成都市火车北站的街头,一个3岁的小男孩与亲生父母走散。多年后他告诉记者,1994年12月6日,他被送到成都福利院,取名“苟永明”。

在福利院生活一段时间后,4岁的苟永明被一对荷兰夫妇乔泽夫·休伯特斯·玛丽亚·马丁斯和玛丽亚·凯瑟琳·古斯塔·布鲁沃斯收养,随养父母定居在荷兰马斯特里赫特。“养父母对我很好。”苟永明说。

苟永明告诉记者,大约10岁时,他就知道自己是被收养的。在荷兰,养父母还常常带着他与四五个同样收养福利院儿童的家庭来往玩耍,为的就是让他知道自己来自中国,知晓自己的身世,“养父母一直很支持我寻找亲生父母,他们觉得我幸福、开心就好”。

时隔30年回四川认亲

2007年开始,苟永明先后3次回

四川寻亲。

2008年,他每周末在荷兰一个中文学校学习中文,经过多年的学习,苟永明用中文交流基本没有问题了。

2012年2月16日,苟永明通过网络在宝贝回家网站登记寻亲。2020年,宝贝回家志愿者西岭熊猫接手苟永明的寻亲任务。

2023年10月,好消息终于传来,苟永明的DNA比中了高庆松的母亲。

原来,苟永明本名叫高庆松,他父亲是江苏徐州人,母亲是四川米易县人。据他堂姐介绍,1994年10月,高庆松跟随父母从徐州睢宁出发到四川探亲,在成都火车站与母亲走失。

儿子走失后,高庆松父亲在成都找了3年无果,最终只能回到江苏徐州老家。回家后,高庆松父亲身体每况愈下,没过几年带着遗憾离世了。

2024年2月9日,苟永明从工作地加拿大启程,回到中国认亲。“作为寻亲志愿者,能为他找到家人,我们很高兴。”志愿者西岭熊猫介绍,苟永明寻亲过程长达10多年,这期间国内

外有上百名寻亲志愿者参与,同时也得到了多地警方和媒体的大力支持。

母亲拉着他的手不愿放开

2024年2月11日晚,苟永明抵达四川米易县。时隔30年,苟永明回到亲生母亲的身边,母亲喜极而泣,紧紧拉着他的手,久久不愿放开。苟永明说,他回家认亲,受到全家的欢迎,有一种亲切感,“虽然离家了几十年,但是见到后依然是亲人的感觉”。

“寻亲的目的不是为了自己,而是为了母亲,我知道他们在找我,等我回家。”苟永明告诉记者,在认亲的路上,他心里想了许多,也想象过母亲的样子。当见到母亲后,苟永明有些心疼。自他3岁走失后,母亲因思子心切、抑郁成疾,患上精神方面的疾病,前段时间都仍在治疗。

苟永明告诉记者,在徐州认亲完成后,他将回到加拿大继续工作。去年,苟永明博士毕业,现在从事AI语音识别方面的工作,已经有了女朋友。对于未来,他说会兼顾两个家庭,“一方面,养父年龄大了,我会常回荷兰看他;另一方面,每年也会来一次中国探亲,看望母亲。”

本报综合消息