

# “如果当时不救人,会遗憾一辈子”

## 张望获“西安好的哥”“见义勇为先进个人”称号

本报讯(记者 陶颖)3月22日,西安的哥张望凌晨徒手破窗,与乘客4分钟勇救4人的事迹一经报道,便引发了广泛关注,众多市民网友为他们的暖心举动点赞。23日下午,西安市出租汽车行业召开了“西安好的哥”“见义勇为先进个人”张望表彰仪式。

现场,西安市出租汽车管理处、西安出租汽车协会、西安市出租汽车行业爱心公益慈善基金会共同授予西安好运汽车有限公司驾驶员张望“西安好的哥”“西安出租汽车行业见义勇为先进个人”称号,并奖励现金4000元,好运公司同时奖励张望2000元。而张望也是西安市出租汽

车行业第8位荣获“西安好的哥”称号的驾驶员。

说起见义勇为的举动,张望用最朴实的话语说:“现在回想当时的情景会有些后怕,但如果当时不救人,会遗憾一辈子。以后遇到类似的事,我还会伸出援手,不辜负行业和教育,以实际行动为西安市出租汽车行业增光添彩。”

表彰仪式后,西安市出租汽车行业党委向全体从业人员发出号召,以张望同志为榜样,学习他见义勇为的感人事迹和不惧危险的高尚品德,不断提升服务品质,树立行业形象,为西安市出租汽车行业高质量发展作出积极贡献。



“西安好的哥”张望。本报记者 陶颖 摄

的哥和乘客合力 4分钟救出4人 后续

# 心理问题在线“诊断”靠谱吗?

## 专家:缺乏依据 切勿病急乱投医

“两分钟测出你的抑郁程度,正确认识自己……”“测试对方是否为自恋型人格障碍30题……”最近,这类无需实名注册、免费开放的在线心理测评视频在社交平台“刷屏”,不少网友自行测试后“被确诊”。这样的线上数字化心理“问诊”是否靠谱?

3月22日,记者在短视频平台搜索“心理测评”,找到了许多相关视频,点开其中一个“如果你放下了五根以上的手指,说明你可能得了抑郁症”视频,随着测试开始,视频里不断出现诸如“如果你经常容易生气,放下一根手指”“如果你有过不想吃东西没有一点食欲的情况,放下一根手指”的题目。

根据提示完成10道题目后,记者最终放下4根手指,按照视频里的结果被判定为轻度抑郁。该视频留言高达3.2万条,记者细数了靠前的50条留言,绝大多数网友留言放下6根以上手指。

“本来没感觉抑郁,测试完感觉自己抑郁了。”市民小刘表示,原本抱着玩玩的心态测试,结果发现很多特征都跟自己对上,之后心情便越来越焦虑,最后还真找了心理咨询师。

还有一些在线“诊断”心理视频,看似以自恋型人格障碍、抑郁症等热门话题吸引关注,背后却是为了推销课程、保健品、一对一咨询辅导等收费项目。记者注意到,一些视频的发布者会在部分留言下回复,如果网友在留言中咨询如何解决心理问题,他们则会回复“私信”或者“加V”(指加微信好友)。

“私聊之后他们简单询问情况,就开始推销产品了。”曾经购买过辅导课程的家长张女士表示,这些发布者自称“专家”,但课程内容参差不齐,对于自己读初二的孩子沉迷手机游戏的情况,有的“专家”让她没收手机,有的“专家”让她适度陪伴孩子,

最终都没有效果,如今也不知道该相信谁,“为了规避平台禁用词,他们还有一套话术,比如用‘白大褂’指代医生,用‘M’指代钱。”

心理咨询师郑敏介绍,自恋型人格障碍、抑郁症等诊断比较复杂,需要考虑很多因素,不能仅凭某个行为就下定论,例如“没有一点食欲”既可能是抑郁症的症状,也可能是节食减肥或消化疾病导致,直接将其计入抑郁分值是非常不科学的。

“心理学中有‘自我应验预言’现象,简单来说类似心理暗示的蝴蝶效应。有人实验发现,被告知‘存在抑郁倾向’的受试者,三天内对负面词汇的敏感度会提升。”郑敏提醒,目前网上各类心理测试五花八门,大多缺乏专业性的评估流程,一些视频过于草率给出负面结果,不仅不能起到科普作用,反而可能对受试者产生误导,造成更严重的心理伤害。 本报记者 文晨

# 晚上11时迎来充电高峰 充电站成新能源汽车“深夜食堂”

夜色渐浓,当城市的喧嚣渐渐褪去,西安的大街小巷也进入了“休眠”状态。而在城市各个角落的新能源汽车充电站却是灯火通明,“电流声”此起彼伏,像是新能源汽车的“深夜食堂”。

## 超充站深夜迎充电高峰 价格优势与贴心服务并行

3月20日22时40分,西安曲江乐活街区的蔚来超充站内灯火通明,20个充电桩只剩4个空位。司机们将充电插头连接充电口,但并不急于通电。再过20分钟电价就进入低谷时段(23:00~次日7:00,低谷电价是电力系统针对用电低谷时段制定的电价策略)。“现在的价格是每度1.15元,等到晚上11时后就会降至每度0.64元,能省不少。”出租车司机刘师傅提前20分钟到达充电站占位。“如果按点来肯定没有位置,排队起码半个小时。”刘师傅说道。

记者看到,这里大部分车主是货拉拉、网约车和出租车司机,私家车主相对较少。刘师傅已有6年驾龄,对于城区的充电站布局了如指掌。“晚上跑到哪里就在哪里充电,谁家便宜就去谁家充电。”

## 既是充电站也是司机驿站

3月22日凌晨,记者来到国网西安雁展路充电站,26个充电桩已有三分之二在使用,陆续还有车辆驶入。充电站内配备有开水、卫生间和自助饮料零食一体机。

“我每晚都会来这里充电,顺便喝点热水、吃点东西,既省了钱,又能休息一下。”网约车司机王征程说。

3月22日凌晨1时,记者在万马爱充金潭沱站看到,不时有新能源汽车驶进驶出。“明天周末打算出去踏青,晚上来充个电。”驾驶新能源汽车的陈先生表示,由于租的车位无法安装私人充电桩,因此每到周末都会特意来这里充低价电。

国网电动汽车服务陕西有限公司客服人员证实,23时至次日7时是西安各大充电站使用率较高时段。

根据西安市发展和改革委员会的数据,西安为满足新能源汽车充电需求,截至2024年11月底,市内累计建成并投运公(专)用充电站1335座、充电桩32106个。

“我们实行的是‘阶梯电价’模式,从夜间11时至次日6时,充电费用减半。从数据来看,新能源车主都在夜间11时后进场充电。”中铁一局电务公司超级充电站负责人李朝鹏表示,夜间电价低谷时段充电站的充电装置通常同时运转,最大可支持120个充电车位。

李朝鹏表示,除了价格优势,服务也是吸引车主的重要因素。充电站提供休息室、24小时热水、自动售卖机等设施,并与周边流动商贩合作,为车主提供宵夜解决方案。为提升服务质量,充电站还设立了微信群,管理员24小时在线,随时解决车主充电中的各类问题。

## 经济与环保的双重价值

陕西省社科院副研究员王晓勇表示,随着新能源汽车的普及,充电需求呈现爆发式增长,而夜间充电成为车主的理想选择。夜间充电实现了更高效、更低成本的能源利用。

“从经济角度来看,夜间电价差异帮助新能源汽车车主实现低成本充电。与白天的高电价相比,电价低谷时段提供的价格优惠,为依赖新能源汽车的出租车司机和网约车司机等群体带来了实实在在的经济效益。”王晓勇说,从环保角度来看,新能源汽车的普及与夜间充电的推广有助于降低城市碳排放,推动城市绿色转型。

文/图 本报记者 朱娜娜

# 解锁新“食”尚 春菜走俏西安市场



超市里销售的紫苏和迷迭香。本报记者 赵丽莉 摄

本报讯(记者 赵丽莉)迷迭香、鱼腥草、紫苏……随着“国家喊你来减肥”成为热点话题,不少药食同源的蔬菜也成了春菜市场新宠,悄然解锁春日新“食”尚。

3月23日,记者走访西安多家菜市场发现,以往相对小众的鱼腥草、紫苏、板蓝根苗等蔬菜,如今被摆在了显眼位置。在朱雀南路便民综合市场,蔬菜摊主周师傅告诉记者:“最

近苦菊、鱼腥草、紫苏的销量明显增加,不少顾客专门来买,说是吃了对身体好,还能辅助减肥。”

在太白路盒马鲜生超市里,迷迭香、紫苏、鱼腥草、有机虫草花等蔬菜摆在冷藏货柜上。正在挑选板蓝根苗的李女士表示:“春天来了,控制体重势在必行,听说这些蔬菜热量低、营养丰富,就想试试。”记者看到,紫苏包装上还有食谱,做法简单,清炒、

凉拌、做汤都可以。

在“体重管理年”的大背景下,合理饮食是控制体重的关键,而“药食同源”理念与减重需求形成了共振。“鱼腥草含鱼腥草素,可增强免疫力,紫苏富含α-亚麻酸助消化,板蓝根苗的吡咯类化合物有抗炎功效。”中医师刘娟说,这些药食同源的春菜不仅富含多种维生素和矿物质,还具有一定的药用价值,深受追求健康生活的市民青睐。

除了线下市场,线上生鲜平台这些春菜的销量也在稳步上升。某电商平台数据显示,近一个月来,西安地区药食同源蔬菜的销量大幅增长。有网友在生鲜平台留言说:“原来老祖宗的‘药箱子’就是我们最好的‘菜篮子’。”

药食同源的春菜既满足了人们对美味的追求,又符合健康饮食的理念,是春季餐桌上的优质选择。不过,二级公共营养师于娟提醒市民,食用这些药食同源蔬菜时要注意食材的清洗和烹饪方式,避免营养流失,同时,过敏体质或正在服用特定药物的人群,在食用前应咨询医生建议。



凌晨,国网西安雁展路充电站内,一辆出租车正在充电。