

最近广州职业技术大学挂牌成立全国首家“现代骑手学院”，据称，其将为在骑手和快递员提供学历和技能“双提升”通道，这是值得关注的。

据早前官方统计，目前我国在各平台注册的外卖骑手（网约配送员）超过1200万人。之前舆论一直关注骑手社保缴纳、签署劳动合同、五险一金、交通安全及人际冲突等问题，这次的“骑手学院”实际上将为骑手提供提升技能的职业培训，很有必要。

据报道，现代骑手学院的课程将设置职业技能、法律法规与安全规范、软技能与职业素养以及新技术应用等模块，

完成培训的骑手将获得“职业技能等级证书”，可作为骑手晋升、转岗的参考。我认为，“法律法规与安全规范”的培训对于职业骑手更重要。整天骑着“电鸡”行走在路上，守法与安全是基本前提。

然而，一直以来，平台关于配送时间的算法控制与惩罚措施，使超速与违法行驶成为骑手避不开的问题。据调查，职业骑手为保证收入，时速40公里至50公里是很平常的，部分人的时速甚至达到60公里。然而，交规的合法时速是不得超过25公里。除了超速，逆行、闯红灯、飞驰在人行道也是常见的违法行为。

可以说，从消费者到平台施加的惩罚压力，使职业骑手不得不以命相搏，也使全社会成为被捆绑的受害者。12月2日，市场监管总局发布“外卖新规”，要求平台保障配送员权益，并建议平台对骑手逆行、闯红灯等行为进行实时监控与警示。不过，规则的更新也可能让骑手的配送压力变相加码：配送超时罚款为扣分，将减少骑手的接单数量，对骑手收入的影响尚难断言。因此，超速、闯红灯、逆行、飞驰在人行道，仍然是需要面对的问题。

看来，在职业骑手、平台和消费者的背后，是人性的复杂面向。我们在呼吁“电鸡”守法，不应在人行道上行驶的时候，更应该反思平台算法（无论是罚款还是扣分）和平台身后的消费者心态带来的危险性。越来越普遍的外卖消费在带来便利的同时也付出了生命的代价——不知是否有人统计过职业骑手在交通事故中造成自身及行人伤亡的数字。无论如何，人命关天，职业骑手应该成为遵守交规的模范，并且带动整个电动自行车群体遵纪守法。

李公明



咁大只蛤蜊随街跳，咁大场马戏装人等。

——广州多地街头出现马戏团骗局，目的是兜售“万能药油”

咁大只蛤蜊随街跳：大青蛙不太可能在街头蹦跶，比喻现实中少有轻易得来的好事

装入袋：被诱骗而陷入不利境地

山寨名人有传统，查实乌龙味博惜。

——明代仇英《江南春》从博物馆流入拍卖市场，真伪引发关注博惜：贪心、趁乱占便宜

我的名字你的姓氏，唔怕名长只要命长尽管爱。

——73岁普京承认正在恋爱，称相信一见钟情

(威耀琪)

城事开讲 · 温度PK台 统筹/陈辉 文/羊城晚报记者 陈辉 张华 刘颖颖

全国首个商保创新药品目录出炉，19种药不进医保、需购商业保险后理赔享受

医保商保“双拼”，市民买账吗？

本月上旬，国家医保局在广州发布首版《商业健康保险创新药品目录》（以下简称“商保目录”），纳入抗癌药、阿尔茨海默病药等19种药品。纳入该目录能显著降低创新药进院门槛，但并不代表可以医保报销。这传递着什么信号？日后街坊看病，怎样才能少花钱？

纳入商保目录≠医保报销

商保目录收录的19种创新药品价格不菲。以治疗淋巴瘤、白血病的CAR-T疗法为例，每疗程的治疗费用在100万元以上，让不少人望价兴叹。

与同日发布的2025年《国家基本医疗保险、生育保险和工伤保险药品目录》不同，商保目录里的药品不能使用医保报销，需要消费者购买覆盖目录药品的商业健康险后享受商保理赔。广东药科大学医药商学院副教授吴庆艳解释，商保目录相当于官方“菜单”，保险公司可免去筛选环

节，直接把这19种药部分或全部打包进健康险产品。

纳入商保目录不等于直接纳入医保，却能显著降低创新药进院门槛。国家医保局在发布商保目录的同时向医疗机构发放了“三除外”护身符：不计基本医保自费率考核、不纳入集采可替代品种监测、不列入按病种付费清算口径。南方医科大学珠江医院医疗保险事务部负责人李超解释，这意味着政策落地后，医院敢进药、医生敢开药，患者无需再辗转院外购买。

“广州牌”保险可覆盖目录药品

新华社发表评论：“首次发布医保商保‘双目录’，标志着多层次医疗保障体系建设迈出关键一步。民生药箱在保持基本的同时，还向更多元发展。”这或可理解为官方释放的一种信号：未来，基本医保仍负责“保基本”，街坊想在看好病、用好药的同时少花钱，可给自己配置一份适合的商保。

眼下，首版商保目录还是份“英雄帖”，尚待保险公司推出相应产品、将药品纳入保障范围。不过，老广们已有一个选择——其保障范围可覆盖商保目录中的药品——穗岁康。

穗岁康是由政府推出、广州市医保局指导设计的普惠型保险，不限年龄、不限既往疾病、不限职业，每年参保费用仅180元，最高保障额度达245万元。目前在内地已获批上市

的药品全部纳入穗岁康保障范畴，此次商保目录中的19种药品也在其中。记者从穗岁康官方客服了解到，2025年，穗岁康已为多位参保人报销了部分CAR-T药品费用。

此外，今年3月广州推出的穗新保，是全国首个覆盖以“港澳药械通”为核心的高值创新药械专属的商业健康险，分别由6家保险公司推出相应产品，覆盖的创新药械已超100种，CAR-T疗法也在列。

穗岁康和穗新保均可在出院时“一站式结算”，赔付款由保险公司与医院之间结算，街坊不用预先垫付。两款保险还可以“双拼”——医保报一部分、穗岁康报一部分、穗新保再报一部分，患者自己掏的钱大大减少。

买了保险没用上≠亏了

然而，商业保险在市民中的接受度目前仍有提高空间，有人甚至不清楚职工医保、居民医保、穗岁康等的区别。

“我买了两年穗岁康，一直没用上，今年就没买。”家住番禺的陈女士今年没有继续参保穗岁康。据介绍，穗岁康2024年续保率为81.6%，2025年稍升到84.5%，仍有一成多人未续保。流失原因排名第一的，就是市民觉得“没用上就亏了”。

这样的观念，正让包括穗岁康在内的许多惠民保面临危险：健康人群因“没用上”而退出投保，老年人、带病者投保占比水涨船高，赔付率也相应提高。如果断保率持续高企，不

排除未来保费被迫加价，保障水平也可能缩水，进一步驱赶健康人群……

今年10月发布的《2025年职场人“健康负债”白皮书》显示，中国商业健康险的“主力买家”是90后，月入过万，有家庭，住在一、二线城市的职场人。据统计，2023年我国商业健康险密度和深度分别为641元/人、0.7%，保费规模和覆盖率仍处于较低水平。

业内人士表示，“没用上就亏”其实是健康险最大的误区。健康险的本质是“晴天买伞”，花小钱预防大变故。万一大病突袭，一份几百元的保单随时可换来几十万现金流。别让“没下雨”成为拆伞的理由，因为天气说变就变。

【市民】

花小钱有备无患

我11月刚刚在广州市第一人民医院南沙医院注射干细胞、治疗膝关节炎，完全自费，花了近4万元。我发现自己购买的商业保险并未覆盖干细胞治疗项目，今后购买商保时会留意。

——佛山顺德患者 吴阿姨

我念大学起开始买商保，先后配置了一百多万元保额的重疾险。保费花就花了，不生病最好，万一生病也可以跟医生谈，有什么好药尽管用，不用担心钱。

——广州天河居民 吴先生

【医院】

欢迎商保有序介入支付

这几年，我们医院也在积极和商保形成良性协作，提供规范、完整的病历及费用明细，提高理赔效率。部分商保公司会和医院建立绿色通道或合作机制，对符合条件的患者提供预授权评估和费用测算。总体来说，医院非常欢迎更多商业保险以合理、规范的方式介入CAR-T和其他创新治疗的支付。

——珠江医院血液科主任 李玉华

【部门】

促进商业健康险规范发展

“十四五”期间，医保支付制度从“控费导向”迈向“提效导向”，实现由结算管理向战略性购买转型。医保方面，要加强全民医保制度建设，推进基本医疗保障省级统筹，改革医保支付方式，促进商业健康保险规范发展。

——国家卫生健康委卫生发展研究中心法治与治理研究室主任 宋大平

茶楼

2025年12月21日 星期日
责编 吴大海
美编 陈炜
校对 马曼婷

【行业】
关注患者能否减少自付

商保创新药品目录为高值创新药提供了一个国家认可和支付的支付路径，有利于公司商业化发展。企业最关注的是，商保患者使用药品是否能减轻患者自付负担，有多少医院会将药品纳入目录。

——上海药明巨诺生物科技公司有限公司北京分公司副总裁 樊琳

在与商保机构合作中，企业最关注的是患者服务的协同与落地效率。具体体现在是否能够覆盖门诊用药场景、打破住院限制等。我们希望，推动罕见病保障从“单一报销”转向“全程服务管理”，而非单纯追求报销比例数值提升。

——北海康成制药有限公司创始人、董事长兼首席执行官 薛群

首批商保目录离真正有需求的患者还有距离，比如需要加强不同部门之间政策的协调性等。长远来看，商业健康险对于创新药的发展具有重要意义和作用，目前还没有充分发挥出来。

——暨南大学基础医学与公共卫生学院医保大数据研究所所长 夏苏建

医保控费改革后，我们销售的基础版“百万医疗险”一度显得有些鸡肋——医生不敢开药，纵使保险有百万额度，也花不出去。有了商保目录，这个问题会得到改善。

——保险经纪人 张蕾

讲 饮 讲 食

菠萝包也有“正确吃法”？

□邓伟东



有空气感的有馅菠萝包

虽然菠萝包、菠萝油吃起来有点儿“罪恶感”，但还是有很多深度爱好者。尤其是到了下午三四点，肚子叫，人又很疲惫的时候，来一杯丝滑醇厚的奶茶，叫上一个触感温热的菠萝包或菠萝油，咬上一口，哇……那种满足感、幸福感，能量似乎瞬间又被注满，即便再熬五六个小时也没有问题。

现在卖菠萝包的不少，大大个、迷你版、有馅的、没馅的都有。好吃的菠萝包大致可以分为两派，一是有馅加空

气感的，如一直被视为广州有真菠萝馅菠萝包天花板的炳姓，还有味道、做法与前者几乎一模一样但价格便宜一半的虾饺妹；二是做法传统、有质感的无馅菠萝包，它们要么“净食”，要么被斜切一刀，夹上黄油，变身菠萝油。

很多人在探究菠萝包的“正确吃法”，相信研发者的说法相对靠谱，因为制作者肯定经过反复验证才会得出结论，知道怎样吃能充分凸显优点。炳姓“厨房大佬”全哥做的示范，不

少人都在网上看过：大大只、热乎乎、体形饱满的菠萝包端上桌，此时千万不要犹豫，得与时间赛跑。一手拿起，把它轻轻撕开一半，在灯光下看它喷出一缕热气，然后微微压扁，用尽嘴巴的张力大口咬下去……柔软的面皮、热热的馅料、香脆的酥皮不断在口腔混合、交织，又香又甜又脆，喝一口无糖香浓顺滑的奶茶，其特有的味道恰好中和了菠萝包的甜，口腔得到了滋润。稍微缓一缓，再大吃一口、一口接一口，在菠萝包温

度消散前把它干掉，真是超级过瘾。

菠萝油，感觉一定要去好吃的店品尝才舒服。因为包要现烤，带着余温夹一块冰冻厚切黄油，一冷一热，黄油在菠萝包和口腔里慢慢融化，那种感觉是很奇妙的。如果菠萝包在手中一直是热的，一口咬下去还能回弹百分之七八十，那就能直呼：“好包，果然是好包，排队等候也是值得！”如果一口下去，菠萝包立马变成薄薄的馅饼，相信这家店很快会在“回购单”中消失。

有些人吃菠萝油之前，喜欢用刀叉或者用手把包用力压扁，酥皮掉得到处都是。其实，好的菠萝包酥皮的黏合度应该恰当，一口咬下，酥皮会在掉与不掉之间徘徊。掉点碎屑肯定避免不了，如果整个过程吃得从容又优雅，是很有成功感的。

另外一些技术不行的菠萝包，一口下去，大片酥皮整块掉落，与手里的包彻底分家，这种落寞只有吃包人才懂。

陈侗