



药品说明书字太小不是小事

药品说明书，很多年轻人看着都费劲，更别说老年人。全国两会上，全国人大代表戴茵再次把目光投向这一细节。今年，她提交《关于加快推进药品说明书适老化改造切实保障老年人用药安全的建议》。戴茵认为，药品说明书适老化改造不仅关系老年群体的用药安全，也是无障碍环境建设的重要一环，应通过完善制度设计、强化技术支撑，加快推进改革落地。（3月9日红网）

小小说明书上的“微雕字”，看似细枝末节，实则连着用药安全、连着

民生温度，绝不是可忽略的小事。

日常生活中，不少人都有同感：多数药品说明书字号极小，有的字小到一粒米就能盖住好几个，老年人戴着老花镜仍看不清，年轻人读起来也费劲。为了看清用法用量，有人准备放大镜，有人拍照放大，有人请子女抄写，这些无奈之举，暴露出民生细节里的短板。我国老年人口持续增长，老年群体是服药主力，看不清说明书，轻则凭经验服药影响疗效，重则错服、漏服或超量用药，埋下安全隐患。药品说明书是法定用

药指南，清晰易辨是基本要求。可现实中，部分企业为压缩成本、规避风险，把字越印越小，专业术语堆砌，把本该便民的说明变成了难懂的“天书”。这既不符合药品管理相关规定的精神，也漠视了群众最基本的用药需求。一规定的精神，也漠视了群众最基本的用药需求。一规定的精神，也漠视了群众最基本的用药需求。一规定的精神，也漠视了群众最基本的用药需求。

好在相关改革已在路上。有关部门开展药品说明书适老化试点，鼓励推出大字版、简化版、电子版和语音版，不少地方也通过公益诉讼推动整改。但从试点到全面普及，仍

需加快速度。一方面要完善标准，明确字号下限，规范排版与语言，把适老化要求落到实处；另一方面要引导企业履行主体责任，在保证信息完整的同时，兼顾群众阅读便利。

小小说明书，连着大民生。把字印大一点、把话说得明白一点，看似小事，却能让老年人更安心、家庭更放心。期待加快完善制度标准，推动药品说明书告别“蝇头小字”，让安全用药信息看得见、看得清、看得懂，把民生关怀写进每一个细微之处。

□谢臣仁

保洁员休息的“一平方米”，不该是城市的“奢侈品”

“室内保洁员该有个歇脚处，哪怕只有一平方米。”从一线环卫工人成长起来的全国人大代表，经过持续调研发现：那些在高楼大厦里劳作的保洁员，有不少困于隐形之痛——无处休息。

今年全国两会，侯艳梅、高华瑞、张金海3位全国人大代表准备合力建言——保洁员休息空间应成公共场所“标配”。这一建言戳中了无数保洁员的生存困境，更折射出城市文明建设中不容忽视的细节短板，值得全社会深思与践行。

保洁员是城市运转的无名功臣，他们穿梭在商场、写字楼、交通枢纽的各个角落，用汗水擦亮城市的容颜，却长期面临着无处休息的隐形之痛。有的保洁大姐与孙子视频时谎称在休息，实则躲在厕所或楼道里啃馒头；有的在消防通道蜷坐打盹，在楼道台阶垫上纸皮歇脚，这些心酸场景，是无数室内保洁员的日常。

休息场所的缺失，不仅让他们在高强度劳作后无法得到有效休整，更“刺破”了劳动者的尊严，让法律赋予的休息权在这一群体中被无情“悬空”。

保洁员休息难，根源在于多重因素的叠加。从规划层面看，许多办公楼、商场在建设之初便未预留保洁员休息区域，规划滞后导致配套服务先天不足；从观念层面讲，部分人将保洁员视作城市“外人”，认为他们不配进入专属休息区，这种偏见让保洁员的权益被漠视；从用工层面而言，保洁服务外包模式的普遍性，让用工单位与外包公司相互推诿，压缩保洁员权益成为降低成本的“捷径”，甚至有企业伪造考勤记录，变相剥夺保洁员的休息时间。

正如代表委员所言，用工的复杂性与规划的滞后性，是阻碍保洁员休息权落地的主要拦路虎。

给保洁员一个歇脚处，是关乎劳动者体面与尊严、

彰显城市温度的大事。尊重平凡劳动者，不是空洞的口号，而要落实到每一个细微之处。

全国已建成18.42万个工会驿站，年服务突破10亿人次，高台县、威宁县等地通过打造“15分钟休息圈”、改造闲置空间等举措，有效缓解了保洁员休息难题，这些实践充分证明，解决保洁员休息困境并非难事，关键在于是否真正将劳动者权益放在心上。

让保洁员休息空间成为公共场所“标配”，需要多方协同发力、久久为功。要完善制度保障，出台专门的配置指引，明确新建、改造公共场所按保洁员人数比例设置不小于1平方米/人的固定休息点，配齐通风、照明等基础设施，将休息设施配备纳入竣工验收标准，从源头上补齐短板。

要盘活现有资源，推动公共场所闲置设备房、仓库夹层等“边缘空间”改造升级，依托工会驿站

打造便捷休息网络，让保洁员就近能歇脚、随时能休整。更要破除观念偏见，引导全社会树立平等尊重的劳动观，让每一位为城市付出的保洁员，都能被看见、被善待。

一座城市的美好程度，不在于高楼大厦的宏伟，而在于对底层劳动者的温度与善意。保洁员的“一平方米”休息空间，不该是城市的“奢侈品”，而应是公共场所不可或缺的“标配”。

代表委员的呼吁，既是对保洁员权益的捍卫，也是对城市文明建设的鞭策。期待两会“好声音”转化为实实在在的行动，让每一位保洁员都能拥有体面的休息角落，让这小小的一平方米，装下劳动者的休息权，撑起底层人群的尊严，彰显一个社会的文明底色，让城市的温暖，照亮每一位劳动者的前行之路。

□董宏达

中小学生午休“躺睡”，不能止于“有条件先上”

近年来，学生睡眠不足问题引发社会广泛关注。全国人大代表，中国能建易普力南岭民爆公司党委副书记、纪委书记邓华介绍，中小学校作息时间中，中午有两个小时左右的午餐、休息时间。如何让孩子们午休睡足、睡好，是义务教育阶段学校普遍面临的难题。为此，她建议，将义务教育阶段学生“躺睡”午休纳入民生实事，让“躺睡”成为义务教育阶段学生午休“标配”。

“中小学生午休躺睡”也成了热门话题。实际上，新国标已经明确了午休课桌椅的标准。2025年8月1日，《中小学生午休课桌椅通用技术要求》（GB/T46016-2025）正式发布，2026年2月1日起全面实施。新国标明确，午休课桌椅按功能实现形式分为两种。

一种是午休课椅，椅子能独立完成午休功能，不用依赖课桌，展开后就能躺卧。另一种是午休课桌椅，桌椅需要联动配合，调整后才能形成完整的午休支撑，通常稳定性更强。

不管是哪种，核心都是“一物两用”，上课能坐能学，午休能躺能歇，不浪费教室空间。

现实生活中，部分地区的学校已经让孩子实现了“躺睡自由”。但这项工作目前仍缺乏制度保障，有的地方主动落实，“有条件上，没条件也创造条件上”，而有的地方消极被动，不推不动。一些地方喊着“有条件先上”，可“条件”成了门槛，不少孩子依旧趴在冰冷的课桌上，醒来手麻脖子酸，长期下来还可能伤脊柱、加深近视。中小学生的脊柱还没定型，趴在桌上睡，颈椎过度前屈、腰椎受压，久而久之容易驼背、脊柱变直，还会压迫眼睛，让视疲劳加重。以前我们觉得“凑合睡”就行，可现在新国标都落地了，就不该再让孩子遭这份罪。

现在的问题是，“有条件先上”慢慢变了味。城里重点学校有能力换可折叠午休椅、改造午休室，孩子能舒舒服服躺着睡。可不少农村学校、老旧小区学校，连教室空间都紧张，一套合规的午休桌椅比普通课桌贵不少，要给数百上千的学生都配备，校方根本负担不起。还有的学校即便有条件更换设备，也没有积极主动去申请。

有人说，“慢慢来，总会普及的”，可孩子的成长等不起。推行“躺睡”，不该是“有条件就上、没条件就凑合”，而是每个孩子都该享有的健康权利。

那些说“没条件”的理由，其实大多能解决。财政可以多拨点专项经费，社会力量也能公益助力。就算真的一时难以解决，也得有个“时间表”，逐步设法解决，而不是一直停留在纸上。

阻碍因素除了客观条件，还有观念问题。有的家长觉得“午休浪费学习时间”，有的老师秉持“抓学习就要挤时间”，不够重视孩子的午休质量。有的地方也没有真正把教育当作“头等民生大事”。

躺睡半小时，能够让孩子下午上课更专注、精力更充沛，既有助于孩子身体健康，也有利于提高学习效率，所有地方政府、学校、家长都应该切实重视，想方设法解决。

□李蓬国

