

报团限制多、旅行社“不接待”、被强制消费……

老年人跟团游阻碍如何破解？

“您好，我想给父母报名参加旅游团，需要哪些手续？”记者近日在江苏省南京市新街口附近的一家旅行社咨询。

得知记者父母年龄超过70岁之后，工作人员表示旅行社不具备接待老年人的能力，可以去一些“较大”的旅行社问问。

报团限制多、旅行社“不接待”、被强制消费……随着生活水平提升，越来越多老年人想出门旅游，却在跟团游上遇到了困难。老年人旅游需求为何得不到有效满足？相关主体有哪些顾虑？应如何破解这些阻碍？针对这些问题，记者进行了采访。

老年旅游团——

门槛多、不规范等问题存在

被旅行社拒绝后，记者问：“拒收老年人是否符合规定？”工作人员则表示这是公司规定，自己也没有办法。

随后记者来到附近一家较大的旅行社，店员说可以接待70岁以上老年人，但有一些“门槛”。店员随即掏出一份免责声明：“超过70岁必须签署免责声明，超

过75岁必须有直系亲属陪同。”

协议中对70岁以上老年人参团作了这些约定：旅游公司对于因个人原因导致的不适或意外伤害，不承担任何责任；对于在旅游中遗失或损坏财物，不负任何赔偿责任；提前做好身体检查并保持良好的身体状态，否则因疾病加重或诱发其他疾病所产生的后果由老年人自行承担……

工作人员提出，签订免责声明后，旅行社还是建议有家人或低龄老人陪同旅行。

除了报团门槛多，老年旅游团还存在不规范情况。业内人士透露，老年旅游团中存在大量不规范“渠道团”。一些保险公司会以答谢客户的名义，以较低价格吸引老年人参团，成团后再将客源带至旅游目的地，交给当地旅行社接待。

“这些团将老年客源‘卖’给当地旅游公司，自己则将大部分甚至是全部旅行经费据为己有。”知情人士告诉记者，当地旅行社几乎是零收入接手旅游团，容易发生强制消费，人身安全和正当权益都难以保障。

以周边游、近郊游为主的“鸡蛋团”也是一大雷区。“这种团以很低的价格吸引老年人参加，还赠送一些礼品，如鸡蛋、大米等，但旅游过程中会诱导老年人购买保健品等商品。”知情人士介绍，这种旅游团大部分不具备资质，存在严重安全隐患。

银发旅游——

继续朝个性化品质化发展

直接拒绝70岁以上老年人参加旅游团是否合法？

中国人民大学法学院教授王雷表示，民法典、老年人权益保障法、消费者权益保护法、旅游法等是保障老年人权益的基本法律依据。旅游法第十一条规定，老年人旅游者在旅游活动中依照法律法规和有关规定享受便利和优惠。

“根据相关规定，旅游者享有平等参与旅游活动的权利，旅行社不能因年龄等原因歧视消费者。如果旅行社的拒绝行为被认定为是对老年人的歧视或违反了相关法律法规的强制性规定，老年游客可以通过法律途径维护自己的合法权益。”王雷说，要求70岁以上老年人参加旅游团时签订协议并不违法，但内容要公平合理，不能免除旅游团应尽的安全保障等主要义务。

老年旅游市场蓬勃发展，需要行业整体优化产品供给。“研究发现，消费观念上，刚退休的人群与更年轻群体相比变化较大，更聚焦健康生活，追求老有所乐、老有所学、老有所为。”江苏省旅游学会副会长杨淇深认为，老年群体旅游需求旺盛，并且呈现出对差异化产品的独特偏好，大部分老年消费者认为旅游产品选择较少，在服务质量、产品价格、行程安排、文化体验、信息透明度等方面都应该有所提高。

多样化、个性化、品质化是银发旅游未来发展的方向。杨淇深建议，旅行社和景区可结合地域特色与老年人的兴趣，注重景观价值和文化内涵；针对老年群体的实际需求特征，开发专项产品，加入深度文化体验、养生度假、疗养服务等。同时，关注老年人的社交心理需求，增加参与、互动、交流环节。

摘自2025年6月23日《人民日报》



6月22日，老年人在浙江省衢州市常山县球川镇的“幸福食堂”用餐。在这个食堂，80岁以上老人每餐1元，70至79岁老人每餐2元，60至69岁老人每餐4元。

近年来，浙江省衢州市积极探索“幸福食堂+”模式，扩展服务对象，延伸服务内容，在提升运营效率的同时丰富养老服务供给，全力推动养老服务优质共享。

新华社记者 金良快 摄

医者说

□ 王媛媛

在医院的科室中，放射科常因辐射让人既好奇又恐惧。今天，就带大家揭开它神秘的面纱。

放射科常见检查有DR（数字化X射线摄影）、CT（计算机断层扫描）、MRI（磁共振成像）。这些检查并非都存在辐射，MRI检查就没有辐射。生活中，我们也会受到自然界的辐射。根据我国现行规定，一般人体每年承受不超过50mSv的剂量，都是相对安全的。医疗辐射剂量通常较小，风险也较低。例如，拍一次X光胸片的辐射剂量约0.1mSv，单次CT检查一般也在安全剂量内。在检查时，医院会为接触者做好防护。

从原理和应用来看，DR利用X射线穿透人体，依据组织密度差异成像。它费用较低，是很多疾病初筛的首选，但对细微组织分辨能力低，且不适合孕妇等特殊人群。CT则是用X射线束对人体层面进行扫描，能清晰显示密度高的组织、血管及病变，对肿瘤检测具有较高灵敏性，但辐射剂量高于DR，软组织显像欠佳。MRI利用核磁共振原理，能清晰分辨肌肉、肌腱等软组织，无创伤、无射线损害，但费用贵，耗时长，对钙化病变不敏感。

在选择检查方式时，要根据具体情况。比如外伤怀疑骨折者首选DR，若诊断不明确再选CT；排查早期肺癌可选低剂量螺旋CT；脑部急症如脑出血首选CT，而MRI，则对脑梗死的早期检测具有显著优势。

放射科在疾病诊断中至关重要，了解这些知识，能帮助我们更科学地选择检查方式，让放射科更好地为患者健康护航。

（作者单位：聊城市东昌府区古楼街道社区卫生服务中心）

你需要知道的医学影像知识

中医支招夏至时节科学运动养生

夏至已至，盛暑来临，天气炎热，空气湿度大。中医专家认为，“春夏养阳，秋冬养阴”，夏至是人身阳气最旺盛的时刻，可以通过饮食调理、科学运动等方式养生。

“夏至时节养生讲究护阳、祛湿，不要进行激烈的运动，避免过度出汗，导致阳气受损。”湖南中医药大学第一附属医院脾胃病科主任徐寅介绍，夏至时节，体育爱好者可以选择清晨或傍晚运动，慢跑、散步、游泳等运动方式比较适合，运动时间控制在半小时左右为佳，

运动强度以微微出汗为宜，避免大汗淋漓损伤阳气。体育爱好者在室外运动时需要做好防晒，避免皮肤晒伤。运动前后都要注意补充温水或淡盐水，运动后不要立即冲凉或直接吹空调，以免着凉。

湖南中医药大学附属第一医院杏至堂健康调养中心主任章琼提醒，“心静养神”是夏至养生的关键。有心血管疾病的人群在盛夏时节要注意防暑降温，保证充足的水分摄入，降低血液黏稠度。这类人群要避免过度运动，特别是不要

在烈日下锻炼，以免发生心血管意外。盛夏时节，心火旺盛的人容易出现情绪波动，中医建议通过静坐冥想、打太极拳、八段锦等方式来调节心神。

章琼建议，盛夏时节，上班族不要久坐在空调房中，可以适当活动，比如做一些健身操，还可以适当饮用一些紫苏姜枣茶，帮助提升阳气，避免发生头晕、感冒等“空调病”。夏季还要做好情志养生，避免过度兴奋，保持情绪平和。

据新华社