

(上接第1版)

殷殷嘱托,饱含期许;以上率下,起而行之。就在十几天前,3月30日,习近平总书记主持召开中共中央政治局会议,研究部署在全党深入开展主题教育工作。

当天下午,在中央政治局第四次集体学习时,总书记强调,这次主题教育,中央政治局的同志要以更高标准、更严要求、更实措施,为全党作示范、立标杆、带好头。

4天后,在出席主题教育工作会议时,总书记要求各级党委(党组)要扛起主体责任,把这件事关全局的大事谋划好、组织好、落实好。

从“5天时间3次会议”的紧锣密鼓,到考察途中的指导要求,习近平总书记高度重视、身体力行,为谋划和开展好主题教育提供了根本遵循、指明了前进方向。

方向明才能思路清,思路清方可谋划准。中共中央发出关于学习《习近平著作选读》第一卷、第二卷的通知和关于印发《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要(2023年版)》的通知,中央有关部门编辑出版了《习近平新时代中国特色社会主义思想的世界观和方法论专题摘编》等学习材料,为广大党员、干部在主题教育中提升理论素养、强化思想武装提供了权威教材。

在中央学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育领导小组领导下,主题教育中央指导组第一时间召开培训会,58个指导组奔赴各地区各部门各单位,与进驻单位同向发力、同题共答,以良好的精神状态迅速投入工作。31个省区市和新疆生产建设兵团,中央和国家机关117家单位,15家中管金融企业,57家中管企业,31家中管高校作为第一批开展单位,迅速传达习近平总书记重要讲话精神,研究制定具体落实方案,推动主题教育开好局起好步。

高位推进,加强组织领导、彰显责任担当——

中央办公厅、中央统战部、全国人大常委会、全国政协机关、最高人民法院、最高人民检察院、国务院办公厅等单位,主题教育领导小组组长由兼任单位主要领导职务的党和国家领导同志担任;中央组织部、中央宣传部、中央政法委、全国总工会、全国妇联等单位兼任主要领导职务的党和国家领导同志分别主持召开专题会议、出席动员部署会,对抓好主题教育提出明确要求。

广东省委领导班子带头抓好理论学习等“十带头”;新疆制定自治区党委常委会开展主题教育的工作方案及五个子方案,做到“规定动作”一个不少、“自选动作”务实管用。

感悟思想伟力 凝聚奋进力量

齐抓共促,各个领域一体推进、展现浓厚氛围——

河北、吉林、黑龙江、四川、甘肃、青海等制定第一批主题教育工作方案等配套方案和指导意见,形成严密的工作推进体系。

国务院国资委对机关和直属单位、委管中央企业、行业协会等作出安排。中国人民银行、国家烟草局注重垂直管理和属地管理相结合,对分支机构、派出机构开展主题教育提出明确要求。中国银行、中国铁路、中国移动、东电集团、中储粮等普遍以视频方式动员部署,统一组织收看学习。

“在全面贯彻落实党的二十大精神开局之年开展此次主题教育,有助于教育引导广大党员、干部更加深刻领悟‘两个确立’的决定性意义,从而统一全党思想、解决党内存在的突出问题,始终保持党同人民群众血肉联系,推动党和国家事业发展。”中央党校(国家行政学院)马克思主义学院院长陈曙光表示,从中央到地方,从党政机关到企事业单位,各地区各部门各单位以上率下、抓纲带目,有助于提升主题教育的质效,形成一级抓一级、层层抓落实的良好局面。

以学为基,深学细悟把握理论精髓

近日,一场别开生面的理论宣讲会在山东大学进行,宣讲中,该校马克思主义学院教授郑敬斌对习近平新时代中国特色社会主义思想进行详细阐释,赢得了在场观众热烈掌声。

“运用好党的创新理论的前提,是求真务实懂真信。”郑敬斌说,必须秉持严谨的治学态度,积极培养求真务实的科学精神和善于思考的进取意识,保证学习的系统性、深入性,只有坚持多思多想、学深悟透,对习近平新时代中国特色社会主义思想做到整体把握,才能把道理讲深、讲通、讲活。

理论创新每前进一步,理论武装就跟进一步。这是中国共产党人依靠学习走向未来的理论自觉。

在主题教育中,各地区各部门各单位将“学思想”摆在首位,把加强理论武装作为重中之重,教育引导广大党员、干部全面系统掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的基本观点、科学体系,把握好这一思想的世界观、方法论,坚持好、

运用好贯穿其中的立场观点方法,不断增进对党的创新理论的政治认同、思想认同、理论认同、情感认同。

各地区各部门各单位以党委(党组)会议、专题会议、理论学习中心组学习等方式,深入开展集中学习研讨,准确把握习近平新时代中国特色社会主义思想的精神实质、深刻领悟核心要义。中央纪委国家监委机关、中央和国家机关工委、中央台办等单位组织党员干部通过举办培训班、“三会一课”、主题党日等形式,认真学习主题教育学习材料,跟进学习习近平总书记最新重要讲话。

中央政研室(中央改革办)、中联部、审计署等单位组织党员干部采取举办读书班、个人自学等形式,认真研读党的二十大报告和党章,学习《习近平著作选读》《习近平新时代中国特色社会主义思想专题摘编》等。

工商银行、中船集团、复旦大学突出强调办好读书班,通过集中学习的方式,全面深入系统学习习近平新时代中国特色社会主义思想。

在扎扎实实读原著学原文悟原理基础上,第一批开展单位结合自身特点,大力弘扬马克思主义学风。

4月17日,在福建省委宣传部读书角,一场青年理论学习小组读书沙龙正热烈开展。党员干部们仔细研读《习近平在福建》《闽山闽水物华新——习近平福建足迹》等有关书籍和材料,踊跃发言讨论。连日来,通过举办学习《复兴文库》专题讲座、领导干部带头诵读、系统联学共学、开展现场教学等方式,福建省委宣传部推动主题教育全面开展。

“开展这次主题教育的目标之一,就是凝心铸魂筑牢根本。作为宣传干部,更要以理论学习筑牢思想之基。”参加讨论的福建省委宣传部政策法规研究室干部郑燕松表示,福建是习近平新时代中国特色社会主义思想的重要孕育地和实践地,这就要求我们把习近平总书记对福建工作的重要指示批示精神,放在整个思想体系中来认识和把握,领悟好这一思想所蕴含的真理力量、理论价值和实践伟力。

北京大学发出发扬研究传播马克思主义传统,加强对习近平新时代中国特色社会主义思想的学理性阐释、学术化表达和大众化传播;中铝集团等安排集中学习习近平总书记对本行业本

领域重要指示批示精神,为高质量开展主题教育筑牢思想基础;中央党校(国家行政学院)、中国社会科学院等单位科学设置相应教学课程,对在校(院)学习研究的党员、干部主题教育作出统筹安排。

浙江省委常委委会带头开展“大走访大调研大服务大解题”活动,系统谋划“八八战略”实施20周年系列活动;国家发展改革委充分用好求是论坛、周三大讲堂、发改书吧“思享汇”等平台开展专题学习研讨;国家开发银行、中国大唐、华润集团、北京航空航天大学、南开大学等通过网络、党建信息平台、微信公众号等载体,及时刊发主题教育有关重要信息和学习资料,营造良好舆论氛围。

夯实学习内容、创新形式载体,各地区各部门各单位采取多种形式、利用多种平台、发掘多种手段开展思想学习,推动更多党员、干部学有所思、学有所悟、学有所获。

以实为要,坚持学以致用知行合一

理论的价值在于指导实践,学习的目的全在于运用。

各地区各部门各单位在主题教育中,引导广大党员、干部学用结合、学以致用,不断从习近平新时代中国特色社会主义思想中汲取智慧经验,努力把学习成果转化为坚定理想、锤炼党性和指导实践、推动工作的强大力量。

实干成就未来,推动高质量发展取得新成效——

辽宁沈阳,中国航发项目工程施工现场机器轰鸣,承建方中建铁投路桥公司交通分公司党委书记韩义龙一大早就带领班子里成员来到工地现场,实地安排“五一”前需要重点落实的施工任务。

“我们开展学习贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育,就是要从思想中汲取力量,把学习成效转化为干事创业的强大动力。”韩义龙说,要把此次主题教育作为改进工作作风的有力抓手,高标准高质量完成各项生产任务。

各地区各部门各单位紧紧围绕新时代新征程党的中心任务,真抓实干、务求实效,聚焦问题、知难而进,在理论学习和思想洗礼中,汇聚起干事创业的热情。

或维生素B12缺乏导致的巨幼细胞性贫血;第三,非血液病导致的贫血,如肝硬化、糖尿病、风湿免疫病等导致的贫血。

贫血须对症治疗

如何判断自己是否贫血?
施均:生活中判断自己是否贫血,一是可以观察自己有没有贫血的临床表现,如经常感到体力不足、气喘、头晕,出现面色苍白、食欲减退、失眠,或者有情绪问题,易怒等;二是通过血常规检查进行确认,其中血红蛋白浓度、红细胞数量、红细胞比容是提示有无贫血的三个重要指标。

不同年龄判断贫血的标准是不一样的。在海平面地区的青壮年中,男性的血红蛋白浓度不能低于120克/升,女性不能低于110克/升,孕妇不能低于100克/升;70岁以上老年人的血红蛋白浓度生理水平可以在100克/升左右;儿童基本上在130克/升左右,一岁以内的婴幼儿在140克/升左右。

不同地区判断贫血的标准也不一样。以上标准是针对海平面地区。在高海拔地区,人体红细胞的正常值比平原地区要高一些。

如何治疗贫血,食补有用吗?
施均:治疗贫血最重要的办法就是找到病因。确认贫血后,需要进一步做相关检查来排除病因,如检查体内血清铁蛋白、叶酸、维生素B12的含量,排除营养性贫血的可能,或者检查肝功能、肾功能、甲状腺功能、风湿免疫自身抗体等,排除相关疾病。如果排除以上疾病后仍处于贫血状态,需要请血液科医生判断是否进一步做骨髓穿刺,确定是否存在骨髓造血功能异常的问题。根据以上检查结果进行对症治疗。

国内老百姓很重视食补,在一定程度上可以增加人体内铁的摄入量,预防缺铁性贫血的发生。如果出现了中度的和重度的贫血,那么通过食用一些猪肝、红枣来改善,是完全不够的,这时需要在医生指导下通过口服铁剂等来补充铁元素。如果不注重饮食均衡,一味补充红枣、猪肝等食品,容易出现胆固醇和血糖升高等情况,得不偿失。

地中海贫血重在预防

跟普通的贫血相比,地中海贫血有什么特点?

施均:地中海贫血,顾名思义,最早发现于地中海地区的人群。和普通贫血相比,首先它是地域性的,我国地中海贫血患者主要分布在广东、广西、云南、海南、贵州、四川等南方地区。其次,地中海贫血是一种基因突变的遗传病,全球约有3.5亿人携带有地中海贫血的基因,中国约有3000万地中海贫血基因携带者,约30万输血依赖型中间型地中海贫血患者。

有哪些治疗地中海贫血的手段?
施均:目前除了造血干细胞移植外,没有特效药物。地贫基因携带者无需特殊治疗,中重型地中海贫血患者需要定期输血和铁剂治疗。基因治疗是一种新的、正在探索研究中的治疗手段。

如何预防地中海贫血?
施均:作为遗传性疾病,地中海贫血比较难以治愈,做好预防和科普教育非常重要。在预防策略上,首先要做好婚前检查,及早发现夫妻双方地中海贫血基因的携带情况;其次要做好产前检查,通过技术手段鉴定胚胎地中海贫血基因的类型,尽量减少重型地中海贫血患儿的出生;最后要做好疾病筛查,做到早发现、早治疗。

来源:健康中国



春天里,5类儿童高发传染病应该这样预防

春天里,一边是春暖花开、万物复苏、阳光明媚,一边是病原体蠢蠢欲动、伺机而行、损害健康。面对新鲜的世界,孩子们按捺不住雀跃的心,老母亲操碎了护犊的心,如何保护好孩子免受传染病侵袭呢?

5种传染病,各有各的狠

流行性感冒
很多家长不会判断流感与普通感冒。以下症状可以帮助您进行区分。

普通感冒:多症状较轻,有打喷嚏、流鼻涕、喉咙干痛、低热或者无发热,3~5天可自然缓解。

流感:常起病急、高热,体温可高达39℃~40℃,多伴有畏寒、头痛、背痛、肌肉关节酸痛、腹泻、咽痛、咳嗽等,部分孩子可伴恶心、腹痛、腹泻、腹胀等消化道表现。无并发症的流感发热一般持续3~4天,热退后全身不适症状减轻,但干咳及乏力可持续1~2周。与普通感冒相比,流感更易发生并发症,极少数严重者可导致死亡。

水痘
水痘由水痘一带状疱疹病毒感染引起的急性传染病。1~14岁为高发年龄。水痘患者是这种病毒的唯一传染源。患者自发病前1~2天直至皮疹干燥结痂期,均有传染性。人体感染水痘病毒后,经过大约2周的潜伏期后发病。孩子可出现发热、头痛、全身不适、食欲下降等症状,发病24小时内出现皮疹。皮疹呈向心性分布,即躯干部最多,头面部次之,四肢较少。皮损呈现由细小的红色斑丘疹→疱疹→结痂→脱痂的演变过程,脱痂后不留瘢痕。疱疹期有明显的痛痒,如挠抓后继发感染,则可留下轻度凹痕。

水痘一般不会引起严重的并发症,但个别患儿在病程后期可并发脑炎,故应密切观察孩子情况,积极对症处理。

流行性腮腺炎
流行性腮腺炎好发年龄为5~15岁,冬春季常见。流行性腮腺炎通过直接接触或飞沫、唾液的吸入而传染,接触病人后2~3周发病。患儿主要特征为单侧面部肿胀,一般以耳垂为中心,向前、后、下发展,边缘不清。面部局部皮肤紧张,发亮但不发红,触之坚韧有弹性,有轻微触痛。患者张口会导致疼痛加剧。通常一侧腮腺肿胀后1~4天时会影响到对侧腮腺,双侧肿胀患儿约占75%。腮腺肿胀3~5天到达高峰,7~10天逐渐消退。部分患者可伴有发热、畏寒、咽痛、全身不适等表现,严重者可伴并发症,如病毒性脑炎、睾丸炎、胰腺炎、卵巢炎、心肌炎等,少数患者出现听力损伤。

猩红热

猩红热是由A组β链球菌感染导致的急性呼吸道传染病,人群普遍易感,多见于3岁以上儿童,5~15岁为高发年龄。主要通过呼吸道飞沫传播。患者感染后潜伏期1天~7天。大多数患儿表现为急性起病,畏寒、发热,重者体温可升到39℃~40℃,同时伴咽痛、头痛、食欲减退、恶心、呕吐、全身不适等症状。患儿发病24小时内出现皮疹,开始于耳后、颈部、上胸部,一日内可蔓延至全身。典型的皮疹为在皮肤充血的基础上有猩红色弥漫性小斑丘疹,皮肤压之变白,去压后数秒钟恢复充血。皮疹多1周内消退,1周末至第2周开始不同程度的脱皮,呈米糠样脱屑或大片的脱皮。

猩红热患儿还可有一些特殊征象:

①面部充血、潮红,但无皮疹,口周及鼻尖显得苍白,称为环口苍白征。

②舌乳头红肿,突出如鲜红的杨梅,称为杨梅舌。

③在皮肤皱褶处,如腋窝、肘窝、腹股沟等地方,可见皮疹密集呈线状,称为“帕氏线”。

极少数患儿情况严重,表现为高热、抽搐、昏迷,甚至休克,有时可并发心肌炎、肺炎、肾炎、风湿热等疾病。

麻疹

麻疹是由麻疹病毒导致的具有高度传染性的急性呼吸道传染病,人群普遍易感。凡没有接种过麻疹疫苗的人接触麻疹病毒后90%以上会发病。随着麻疹疫苗的广泛接种,现在发病率有较明显下降,发病年龄有后移趋势,年长儿童及青壮年较婴幼儿多见。麻疹患者是唯一传染源,病毒主要通过飞沫或直接接触患者的分泌物传播。患者感染后潜伏期9~14天,发病前2~4天至皮疹出现后5天都具有传染性。

患者发热初期症状与感冒相似,发热、咳嗽、打喷嚏、流涕、结膜炎、眼脸水肿、畏光流泪,此时皮疹尚未出现,易被误认为流感。皮疹出现之前,患者口腔内颊黏膜上出现白色或蓝色斑点(柯氏斑),具有特征性,一旦皮疹出现则斑点很快消失。典型的皮疹首先在发际、颈部和耳后开始出现,约24小时内向面部、颈部、上肢和上胸部蔓延,之后向下向躯干、下肢和掌跖部蔓延,可融合成片,此时为该病最严重的时候。出疹后3天~5天,患者体温开始下降。如果患者持续高温,提示有并发症,如肺炎、脑炎等。

对付传染病,“36计,走为上”

虽然大部分传染病都能治愈,但治愈的过程是痛苦煎熬的,还要耗费很多人力、物力、财力,同时还要面临病情加重和并发症的风险。所以,对付传染病,勇敢地跟它打上一仗并非智慧之举。相反,躲避,远离才是上策。

1.有条件的家庭应每日定时开启空气净化器、紫外线消毒等设备。条件限制的家庭每日每个房间轮流通风2~3次(早、中、晚三个时段)。开窗选择对流通风,利于空气流通,每次开窗通风30~60分钟。同时,勤打扫居家环境,勤晒衣被,让病毒细菌无藏身之地。

2.尽量避免去人群密集、空气不流通的公共场所。如不得已必须外出,则应规范佩戴口罩,可在一定程度上防止被传染。普通的一次性医用口罩和N95口罩都可以选择。但戴口罩对于儿童来说,有很多弊端。比如呼吸阻力大。棉布、纱布口罩阻隔性欠佳,也不推荐给儿童使用。

3.饭前便后、外出后,要用洗手液认真洗手。看护人接触儿童前、替幼童更换尿布时,处理粪便后也要洗手,并妥善处理污物。出门在

外,可随身携带含有75%酒精的免洗洗手液或一次性擦手巾,进行手卫生消毒。

4.养成良好的卫生习惯,不随地吐痰。个人用品如毛巾、牙刷、餐具,应定期消毒。

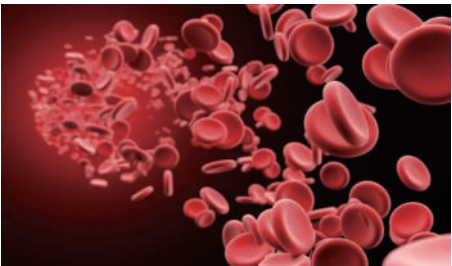
5.保持良好的生活习惯,经常锻炼身体。婴幼儿可以采取被动锻炼四肢的方法。春季气候多变,应根据天气变化适时增减衣服。俗话说,早睡早起身体好。不熬夜,按时休息,确保睡眠充足,保证自身免疫力。

6.每天保证营养充足,饮食均衡,适当进食高蛋白食物、新鲜洁净的蔬菜水果。青春期的青少年不要节食。

所有食物都要充分熟透后才能食用,不偏食不挑食,荤素搭配得当,不吃野生动物。

7.预防接种是预防各类传染病发生的主要环节,疫苗是阻击各种传染病发生的最佳手段,应按时完成接种。

8.如果出现上述传染病的症状,尽早就诊,进行规范的诊治。



如何判断自己是否贫血

贫血是血液科常见的疾病,据世界卫生组织统计,全世界贫血人数超过20亿,中国患贫血的人口数量远高于西方国家。儿童、老年人、育龄期妇女及一些特定疾病患者是贫血的高危人群。很多人觉得贫血是一种常见病,补补营养就好,但真的如此简单吗?

近日,国家健康科普专家库专家、中国医学科学院血液病医院再生医学诊疗中心主任施均做客“健康大家谈”直播间,带大家一起了解关于贫血等血液病治疗的相关知识。

贫血是血液病吗

什么是血液病,会遗传吗?
施均:血液既是人体健康信息的“储存器”,也是人体疾病信息的“显示器”。人体内的造血组织有骨髓、淋巴结、肝、脾、胸腺等,造血组织的功能异常会导致血液病的发生,主要有两个方面的表现,一方面是血细胞的成分异常,如红/白细胞数量增多或减少;另一方面是血浆中的凝血因子的成分异常,导致我们身体出现凝血功能障碍。

大多数血液病是不遗传的,如白血病、再生障碍性贫血、多发性骨髓瘤等;而有些血液病是会遗传的,如血友病、地中海贫血、先天性溶血性贫血,其中有一类是更为罕见的遗传易感性血液病,如果父母中有人患有血液病,子女也发现患有血液病,那么需要去检查这个家族是不是有患遗传易感性血液病的风险。

贫血是血液病吗,对人体有哪些危害?

施均:贫血不是一种特殊的血液病,而是一种症候群,很多疾病的临床表现是贫血。根据病因,可将贫血分为三类:第一,继发于造血功能异常的贫血,如白血病、淋巴瘤导致的贫血;第二,营养缺乏导致的贫血,如缺铁性贫血,由于叶酸

粮食生产稳开局

(上接第1版)

强化农技指导,用好“组合拳”。结合朔城区生产实际,利用国家惠农政策,以大豆玉米带状复合种植和侧膜播种技术推广为重点,大力推动农业生产和托管工作,确定农业主推品种70个和主推技术20项。同时,利用12316平台、农科110、微信、农信息社、劳模创新工作室等形式,围绕全区1200名种粮大户发展科技示范户,促进先进农业技术进村、入户、到田,帮助农户解决春耕生产实际问题,有效提高种植户农业生产技能。

“你的滴灌方式不对,是弯的,水滴到一边去了。”“老师,我家这菜地里上了粪,后面还需要再上多少尿素?”“老师,我这里,我地里每年的这个病虫害要怎么防治效果更好些?”……大地回春,热潮涌动,在朔城区的田间地头,随处可见农技人员、驻村干部的身影,呈现出一派农忙景象。

朔城区在全面覆盖乡镇农业技术站的基礎上,建成3个科技示范基地,选择143名科技特派员和农业专家开展“一对一”、“一带三”结对服务,不断解锁传统春耕“新姿势”,为春耕备耕蓄足“新马力”。

据了解,今年计划推广大豆玉米带状复合种植2万亩,继续巩固玉米及杂粮侧膜播种技术50万亩,助推地膜减量增效和粮食增产增收,助力现代化农业发展迈上新台阶,也让朔城农民端牢“饭碗”的底气越来越足。

强化服务保障,弹好“协奏曲”。按照粮食安全党政同责的要求,锚定全年粮食生产任务目标,铆足干劲,继续深入开展农资市场监管和农资打假专项行动,对全区50多家肥料、种子和地膜的供应企业进行了市场监管,重点排查57种禁限用农药和包装标识不正规的新型肥料等农资产品,严厉打击、惩处外来流动商贩和农资“忽悠团”兜售假劣农资的坑农害农行为,搭好农户与经销商之间的连心桥,确保供应农资质量合格,保障农民买到放心、安心、优质的农资商品。

“最近的天色也是很不错,就是早上冷一些,中午就比较暖和了。但是,我看往后一段时间,好像有寒潮要来”提起事关农作物成活率的天气状况,农民一脸担忧。

面对气温对农业生产的影响,朔城区进一步強化气象服务,加强部门联动,强化灾害天气监测预警和病虫害的监测预警,为农户送上“温暖配方”,减轻农民顾虑,保障果园、设施农业生产工作顺利开展,为全年农业丰产丰收奠定坚实基础。

一年之计在于春,一年好景看春耕。翻犁起沟、播种施肥、管护移栽……春日的朔城大地上一片生机勃勃,新的耕耘已经开始,新的丰收正在孕育。

声明

怀仁市第八中学校外办办公时,不慎将财务收款收据丢失,收据编号0003721-0003740,现声明作废。