

万千水花“泼”出文旅新活力

新华社记者 吉哲鹏 王贤思 胡了然

四月中旬,云南多地迎来了一年一度的泼水节盛宴,从万人泼水的狂欢到非遗项目的精彩演绎,从孔明灯祈福的温馨到民族服饰秀的时尚,再到泼水狂欢半程马拉松与中外搏击赛的激情碰撞,泼水节以独有的魅力,“泼”出了文旅消费的新活力,绘出了一幅文化赋能经济社会发展的新画卷。

在景洪、芒市、耿马、瑞丽等地,大街小巷、村村寨寨都沉浸在欢乐中,人们相互泼水来“浇”个朋友。到了夜晚,西双版纳州澜沧江畔别有一番风味,一盏盏孔明灯带着人们的祝福升到夜空,美得如梦如幻。

一片片欢乐的水花,泼出当地文旅产业的火热,泼出直播电商的高人气,泼出夜间经济的新空间。仅西双版纳州,今年泼水节活动期间就接待游客222.63万人次,同比增长9.57%,旅游总花费预计26.65亿元,同比

增长7.20%。

近年来,泼水节从文化庆典变为经济IP,我们看到的不仅是民族节庆经济的热闹图景,更是中国经济发展活力的微观缩影。

泼水节的“泼天流量”,是消费转型的直观体现。如今,游客不仅仅满足于泼水狂欢,愈加追求深度体验:亲手压制一饼普洱茶,体验慢轮制陶的传统技艺,或是参加传统象脚鼓与现代电子音乐结合的音乐节,走进基诺山来一场雨林徒步……这种从“观光”到“沉浸”的转变,推动了消费结构的多元化。

泼水节对经济的带动效应,也绝非旅游业的独角戏,而是一场“文化+”的跨行业协奏曲。以民族服饰为例,从傣族织锦纺织、成衣制作再到租赁、销售,每一个环节都蕴含着商机。在瑞丽市畹町的一家民族服饰工厂,工人在一个多月前就开始加班加点,就是为了让

游客们在节日里能穿上漂亮的傣族服装。

线上线下联动也是泼水节的一大新亮点。在短视频平台上,“泼水节”话题播放量以亿次计,各地文旅部门争相用直播招徕游客。旅拍市场尤其火爆,不仅带动了摄影师、化妆师等就业岗位,还催生了“泼水节专题写真”的细分市场。一张张美图在社交平台上传播,让文旅产业更加出圈。

当水花变成网络流量,向往转为旅行订单,传统文化就成了经济发展的“源头活水”。普洱的“泼水+品咖”特色玩法、芒市的泼水狂欢半程马拉松、景洪市街头的机器狗巡游等,都让人耳目一新。值得一提的是,一首首脍炙人口的泼水节主题曲通过互联网把“水花”洒向世界各地,把耿马等县城变成了网红打卡地,都展现了“文化+”的深度赋能。

泼水节折射的“文化+”创新路径,既体

市场监管总局：

今年将严查“神医”“神药”广告、互联网违法广告

新华社北京4月17日电(记者 赵文吉)记者17日从市场监管总局获悉,今年将严查“神医”“神药”广告、食品广告疗效化宣传、保本无风险的金融理财广告、职业技能培训类违法广告、互联网违法广告等,切实守护消费者合法权益。

市场监管总局近日印发《关于维护广告市场秩序 营造良好消费环境的通知》,在全国开展广告市场秩序整治,聚焦重点民生领域和互联网新兴媒介,从“医疗、药品、保健食品、特殊医学用途配方食品、医疗器械广告”“普通食品广告”“金融广告”“教育培训广告”“互联网广告”5个方面明确了2025年广告监管有关重点任务。

在医疗、药品、保健食品、特殊医学用途配方食品、医疗器械广告监管方面,通知强调要从严查处宣称保证治愈病症、绝症或者治愈近视等误导群众健康观念、危害群众生命健康安全的违法广告。

在普通食品广告监管方面,通知规定要依法查处普通食品广告宣传具备保健功效或者疾病预防治疗功能,以及无事实依据、违反相关标准规定宣称“零糖”“零卡”“无添加”“不含防腐

剂”等违法违规行。

在金融广告监管方面,通知要求重点关注面向低收入人群、在校学生、老年人等社会群体发布的贷款广告,依法查处含有“免审核”“无担保”“零利率”等明示或者暗示保本、无风险或者保收益等内容的金融违法广告。

在教育培训广告监管方面,通知强调要关注面向高校毕业生、求职者发布的职业技能培训类广告,对于虚构、冒用国家机关名义发布广告、广告中虚构所谓“职业资格证书”以及宣称能“包工作”“快速致富”等严重扰乱就业秩序的,依法会同有关部门予以整治。

在规范互联网广告活动方面,通知要求加大对“软文”广告的规范力度,依法查处借助人工智能冒充专家、学者、明星、网红等公众人物发布广告等违法违规行;进一步推动互联网平台企业加强广告合规建设、落实互联网平台责任。

市场监管总局表示,将整治工作与广告合规助企行动结合起来,帮助经营主体理解把握法规政策界限,增强依法合规经营意识和能力,有力维护广告市场秩序,为大力提振消费营造放心、安心、舒心的消费环境。



第五届消博会迎来公众开放日

4月17日,观众在第五届消博会现场观看机器狗表演。

当日,第五届消博会迎来公众开放日,科技、康养、文化、旅游、体育等领域的消费精品与服务产品与公众见面。开放日不仅是全球消费精品的展示窗口,也让市民、游客近距离感受海南自贸港的开放红利。

新华社记者 张丽芸 摄

糖尿病是一种常见疾病,它悄无声息地影响着越来越多人的健康。糖尿病的高发与现代社会的快节奏生活方式、饮食习惯以及环境因素密切相关。糖尿病本质上是一种代谢障碍,患者体内的胰岛素分泌不足或作用受限,导致血糖水平异常升高。因此,合理控制血糖是糖尿病护理的核心。为此,糖尿病患者

为“糖友”卸下“甜蜜”的负担

蔬菜(尤其带叶蔬菜)、蛋白质类;低盐低脂,一天一啤酒瓶盖盐,20到30毫升植物油约2-3汤匙。推荐烹饪方式:煮、清蒸、凉拌,避免红烧、煎、油炸食物。

2.运动:科学锻炼,助力降糖

运动是糖尿病护理中的重要环节。科学的运动能控制体重,增强体质,提高胰岛素的敏感性,降低血糖水平。糖尿病患者可以根据自身的健康状况选择适合的运动方式。常见的有快走、游泳、骑自行车等有氧运动。这些运动不仅能帮助消耗体内过多的糖分,还能增强心血管功能,促进血液循环。

然而,并非所有运动都适合糖尿病患者,尤其是剧烈的运动,可能会导致血糖波动。运动时,也要选择适宜

的程度,不要过度疲劳。最重要的是,运动应形成习惯,长期坚持,才能看到效果。

3.药物治疗:坚持按时用药,控制血糖

虽然饮食和运动可以帮助控制血糖,但有些糖尿病患者依然需要药物治疗来维持血糖水平的稳定。糖尿病的药物种类繁多,包括口服药物和胰岛素注射。

口服药物通过改善胰岛素的敏感性

或促进胰岛素分泌来控制血糖。常见的口服药物有二甲双胍、磺脲类药物等。对于一些病情较为严重的糖尿病患者,可能需要注射胰岛素。胰岛素能够帮助体内的细胞更好地吸收血糖,降低血糖水平。

无论是口服药物还是胰岛素,糖尿病患者都需要遵医嘱,按时、按量服用药物,切不可自行调整药物种类或剂量。同时,定期检测血糖并与医生保持沟通,确保治疗效果。

4.血糖监测:时时监控,及时调整

血糖监测是糖尿病管理中不可忽视的一环。只有实时了解自己血糖的变化情况,才能对症下药,避免血糖过高或过低。糖尿病患者应学会使用血糖仪,定期测量血糖水平,记录下每次测量的结果。

通常来说,糖尿病患者应在早晨空腹时测量一次血糖,然后在餐后两小时再测量一次。对于正在调整治疗方案的患者,医生可能建议更多频次的血糖监测。监测血糖波动,患者可以更好地了解饮食、运动和药物对血糖的影响,从而做出调整。

5.心理调适:减轻压力,保持乐观

子宫肌瘤,也被称为子宫肌瘤或纤维肌瘤,是女性生殖系统中最为常见的一种良性肿瘤。尽管其名称听起来可能令人担忧,但大多数子宫肌瘤并不会引发癌症,且许多女性甚至不知道自己患有此病,因为很多情况下它并不产生明显症状。本文详细介绍子宫肌瘤的基本知识、病因、症状、诊断方法、治疗方式以及预防建议,帮助广大女性更好地了解 and 应对这一常见健康问题。

一、子宫肌瘤的基本概念

子宫肌瘤是由子宫平滑肌细胞异常增生而形成的肿块,它们可以单个或多个存在,大小不一,小的如豌豆,大的可能超过足球大小。这些肌瘤通常是实性的,但有时也可能含有囊性变或钙化。子宫肌瘤的生长速度因人而异,部分女性在进入更年期后因激素水平变化而自然缩小或停止生长。

二、病因与发病机制

子宫肌瘤的确切病因尚不完全清楚,但研究普遍认为,以下几个因素与其发病密切相关:

- 遗传因素:家族中有子宫肌瘤病史的女性,其患病风险较高。
- 激素水平:雌激素和孕激素是促进子宫肌瘤生长的主要因素。因此,处于生育年龄的女性,尤其是那些月经周期不规律、早潮或晚绝经的女性,更容易患上子宫肌瘤。
- 生活方式与环境因素:肥胖、高脂肪饮食、缺乏运动、接触某些化学物质(如二噁英)等,也被认为可能增加子宫肌瘤的风险。

三、症状表现

子宫肌瘤的症状多样,且轻重不一,很多女性可能完全无症状。常见的症状包括:

- 月经异常:如月经周期缩短、经期延长、经量增多,甚至导致贫血。
- 盆腔压迫感:肌瘤增大时,可能压迫膀胱导致尿频、尿急,或压迫直肠引起便秘、腹胀。
- 疼痛:下腹部或腰背部疼痛,尤其是在经期前后加重。
- 不孕或流产:肌瘤的位置和大小可能影响受精卵着床或胚胎发育,导致不孕或习惯性流产。
- 腹部包块:肌瘤较大时,可在腹部触及包块,尤其是在平时更为明显。

四、诊断方法

- 超声波检查:经腹部或阴道进行的B超检查是诊断子宫肌瘤的首选方法,它能清晰地显示肌瘤的大小、数量及位置。

2.磁共振成像(MRI):对于复杂或疑似恶变的病例,MRI能提供更为详细的病例。

- 宫腔镜检查:直接观察宫腔内情况,适用于评估粘膜下肌瘤。
- 血液检查:检查血常规以评估是否因失血过多导致贫血,同时排除其他相关疾病。

五、治疗方式

子宫肌瘤的治疗策略应根据患者的年龄、症状严重程度、肌瘤的大小和位置以及生育需求综合考虑。主要治疗方法包括:

- 观察等待:对于无症状或症状轻微、接近绝经年龄的女性,可以选择定期观察,因为肌瘤可能会随着激素水平的下降而自然缩小。
- 药物治疗:主要用于缓解症状或术前准备,如使用促性腺激素释放激素类似物缩小肌瘤体积,为手术创造条件。
- 手术治疗:子宫肌瘤剔除术,保留子宫,仅切除肌瘤,适用于希望保留生育功能的患者。子宫切除术,对于无生育需求、肌瘤多发或症状严重的患者,可考虑切除整个子宫。子宫动脉栓塞术,一种微创治疗方式,通过阻塞子宫肌瘤的供血动脉,使其逐渐萎缩。聚焦超声消融,利用超声波能量精准破坏肌瘤组织,适用于特定大小和位置的肌瘤。
- 六、预防与自我管理**

虽然子宫肌瘤的确切预防方法尚待研究,但有些建议要注意,有助于降低风险或减轻症状。

- 健康饮食:均衡饮食,减少高脂肪食物摄入,增加蔬菜、水果和全谷物的比例。
- 保持适宜体重:避免肥胖,通过运动控制体重,如快走、游泳、瑜伽等。
- 规律体检:定期进行妇科检查,特别是对于有家族史的女性。
- 减少激素暴露:避免不必要的激素替代治疗,谨慎使用含有雌激素的化妆品和保健品。
- 情绪管理:长期的精神压力和情绪波动可能影响激素水平,学会有效管理情绪,保持积极乐观的生活态度。

子宫肌瘤虽然常见,但多数情况下是良性的,不会对生命构成威胁。关键在于早期发现、正确诊断和科学治疗。希望每位女性都能对这一疾病有更深入的理解,做到心中有数,及时采取措施,保护好好自己的身体健康。面对子宫肌瘤,不必恐慌,积极面对,科学应对,是通往健康的正确道路。

(皖西卫生职业学院附属医院 朱静)

一季度社融增量超十五万亿元传递积极信号

吴雨

日前,一季度主要金融数据出炉。社会融资规模增量超15万亿元、新增贷款达9.78万亿元,均处于历史较高水平……这份“成绩单”不仅展现出金融支持实体经济力度稳固,更传递出一系列积极信号。

金融是经济的镜像,反映着实体经济的需求。开年首季主要金融数据整体向好,折射出有效需求进一步回暖。今年以来,八成以上的新增贷款投向企业,其中六成以上是中长期贷款;银行投向制造业的中长期贷款余额保持在14万亿元以上,同比增速稳定;居民信贷增势向好,个人消费贷款和个人住房贷款呈现较快增长。这些积极变化表明,在一揽子政策发力下,企业家和居民对未来发展信心逐步增强,扩内需效果进一步显现。

金融是实体经济的血脉,透过资金流向,能够触摸经济高质量发展的脉搏。一季度普惠小微贷款增速保持在10%左右,一批科技型中小企业贷款增速超过20%,远超各项贷款增速。在金融“活水”精准滴灌下,作为经济“毛细血管”的小微企业不断茁壮成长,更多创新创业“种子”落地生根。

金融为经济提供稳固支撑,需要宏观政策持续发力。当前,我国实施适度宽松的货币政策,加强逆周期调节,打出“组合拳”。房地产金融宏观审慎管理不断加强,两项货币政策工具支持资本市场稳定发展,利率传导堵点被逐步疏通……金融政策精准发力,更好适应了经济转型升级和高质量发展的调控需求。未来,我国仍有充足的政策空间,根据中央有关部署,各地各部门将靠前发力推动既定政策尽快落地见效,根据形势需要及时推出新的增量政策。

金融血脉畅通,经济肌体强健,相信随着各项政策进一步落地显效,金融“活水”将更好润泽实体经济发展,为经济持续回升向好添动力、增活力。(新华社北京4月17日电)

工伤保险异地就医直接结算全面实施

新华社北京4月17日电(记者 姜琳)记者4月17日从人力资源社会保障部获悉,自4月1日起,工伤保险跨省异地就医直接结算在全部地级市开展。各地依托全国工伤保险异地就医结算信息系统,逐步实现工伤职工持社保卡直接结算跨省异地就医住院医疗费用、住院工伤康复费用和辅助器具配置费用。

人力资源社会保障部、财政部、国家卫生健康委近日印发通知,明确了全面实施后工伤职工跨省异地就医相关待遇政策、就医流程、备案手续办理途径、费用结算范围及要求等事项,同时明确至“十五五”时期末,分三步走逐步实现全部三级工伤协议医疗机构以及康复和辅助器具配置协议机构全覆盖。

通知要求,参加工伤保险并已完成工伤认定、工伤复发确认、工伤康复确认或辅助器具配置确认的异地长期居住、常驻异地工作和异地转诊转院等工伤职工,可以申请办理跨省异地就医相关费用直接结算。人力资源社会保障部门对提出异地就医需求的人员实行备案管理,并做好异地就医资金管理和信息系统建设。

浅谈子宫肌瘤

机体功能,促进苏醒和恢复。

预防措施有哪些呢?

- 规范使用农药:穿戴防护服、口罩、手套。
- 妥善储存:远离儿童和食物,避免误服。
- 中医调理:长期接触者可用健脾祛湿药(如茯苓、薏苡仁)减少毒素蓄积。注意饮食:在等待医护人员到来的过程中,不要自行给患者用药,如盲目灌服牛奶、蛋清等,以免引起不良反应,禁用民间偏方;要仔细观察患者的症状,如呼吸、心跳、意识等,如果出现异常情况,应及时进行处理;及时就医,农药中毒进展快,中西医结合治疗更有效。

总之,有机磷农药中毒是一种紧急情况,需要尽快治疗。在处理过程中,应该保持冷静,及时拨打急救电话,注意观察患者的症状,以便及时处理,并保留农药包装以便医生针对性治疗。

(寿县中医院急诊科 孟虎)



卫生
科普天地

本栏责任编辑:宋金婷
E-mail:784542876@qq.com

我国作为农业大国,有机磷杀虫剂是农业生产中应用最为广泛的一类广谱杀虫剂,对人畜均具有一定毒性。近年来尽管中毒发生率逐渐降低,但仍属于常见药物中毒,是内科常见的危急重症之一。在临床上,我们经常会碰到一些有机磷农药中毒的果人,有机磷我们常见的有敌敌畏、乐果等。

什么是有机磷农药中毒?有机磷农药中毒是指有机磷农药短时间内大量进入人体后造成的以胆碱酯酶活性下降后出现毒蕈碱样、烟碱样和一系列神经系统症状为主要表现的中毒性疾病。

有机磷农药中毒有哪些症状呢?

- M样症状:毒蕈碱样症状,包括如恶心、呕吐、腹痛、多汗、流泪、流涕、流涎、腹泻、尿频、大小便失禁、心跳减慢和瞳孔缩小,支气管痉挛和分泌物增加、咳嗽、气促,严重者肺水肿。
- N样症状:烟碱样症状,表现为面、眼睑、舌、四肢和全身横纹肌发生肌纤维颤动,甚至全身肌肉强直性痉挛,而后肌力减退并瘫痪。呼吸肌麻痹致呼吸衰竭。
- 中枢神经系统症状。表现为头晕、头痛、疲乏、共济失调、烦躁不安、谵妄、抽搐和昏迷。

从西医视角来讲,如何来诊断有机磷农药中毒呢?

首先要有与有机磷农药接触史,包