

习近平在中共中央政治局第十九次集体学习时强调 坚定不移贯彻总体国家安全观 把平安中国建设推向更高水平

(上接一版)

西南政法大学副校长、教授李燕同志就这个问题进行讲解,提出了工作建议。中央政治局的同志认真听取讲解,并进行了讨论。

习近平在听取讲解和讨论后发表重要讲话。他指出,党的十八大以来,党中央不断完善国家安全领导体制和法治体系、战略体系、政策体系,完善社会治理体系,强化社会治安整体防控,着力提高公共安全治理水平,坚决维护国家主权、安全、发展利益,成功续写了经济快速发展和社会长期稳定“两大奇迹”新篇章。适应形势任务的发展变化,平安中国建设只能加强,不能削弱。

习近平强调,总体国家安全观是建设更高水平平安中国的重要遵循,必须坚定不移贯彻。各级党委和政府要坚持系统思维,进一步树立发展是硬道理、安全也是硬道理的理念,在工作中自觉把发展和安全统一起来,共同谋划、一体部署、相互促进。要坚持全国一盘棋,上下齐发力,通过抓好一地一城一业的安全为国家整体安全创造条件,通过及时有效解决一个个安全问题为国家长治久安筑牢根基。

习近平指出,平安中国建设为了人民,也依靠人民。要不断增强民生福祉,扎实推进共同富裕,切实维护人民群众合法权益,维护社会公平正义。要完善社

会治理体系、健全社会工作体制机制,建设人人有责、人人尽责、人人享有的社会治理共同体。要培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态,弘扬锐意进取、甘于奉献、崇尚法治、文明礼让的时代新风。

习近平强调,防范化解各类风险是平安中国建设的一项重要任务,要把捍卫国家政治安全摆在首位,坚定维护国家政权安全、制度安全、意识形态安全,要完善公共安全体系,推动公共安全治理模式向事前预防转型,加强防灾减灾救灾、安全生产、食品药品安全、网络安全、人工智能安全等方面工作。要着力防范重点领域风险。

习近平指出,建设更高水平平安中国,必须强化社会治安整体防控,要把专项治理和系统治理、依法治理、综合治理、源头治理结合起来,发展壮大群防群治力量,筑起真正的铜墙铁壁。要坚持和发展新时代“枫桥经验”,推进信访工作法治化,及时有效化解各种矛盾纠纷。

习近平强调,党的领导是平安中国建设的根本保证。要始终坚持党中央对国家安全工作、政法工作的绝对领导,充分发挥各级党委在平安建设中总揽全局、协调各方的领导作用。要加强正面宣传和舆论引导,注重运用现代科技手段提高社会治理效能。要锻造忠诚干净担当的新时代政法铁军。

(上接一版)

来自河南商城的游客周伶俐印证了叶会的话:“老板家的菜实惠又好吃,你看我们都光盘了!”周伶俐的姐妹团从抖音上刷到了金寨春日文旅嘉年华活动的消息,便结伴来到这里赏望春玉兰、吃农家菜,“这里基础设施齐全,花很好看,空气清新,下次花季还会再来。”

像放成、叶会这样吃上“旅游饭”的村民不在少数。

闲逛“春山集市”,记者发现,不少村民带着土特产前来售卖。高畈村村民叶祖华正是其中之一。风干的木耳、香菇、豇豆、羊肚菌……满满当当摆满了摊位。“这些都是我家种的,在自己家的工厂加工的。”叶祖华热情地介绍。

原来,叶祖华的儿子王汉青是一位返乡创业者,2016年注册了安徽省农耕年华农业发展有限公司,主打产品便是香菇。“香菇刚上市的时候,一天采摘一次,现在两天采摘一次,每天采摘2000多公斤。”王汉青说,新鲜香菇十几元一斤,但是做成香菇脆片、香菇酱可以卖到20元每份。

从种植业到深加工,王汉青的“农耕年华”逐步发展壮大。2024年,公司在铁冲乡建成4个香菇种植基地,实现销售收入1200万元,为村集体增收年均增加收入30万元,带动村民人均增收超万元。一片望春玉兰,激活乡村旅游,助力乡

村振兴。

破题“花劫”： 从“昙花一现”到“花好常开”

“花开时人山人海,花谢后门可罗雀。”“花无百日红”的魔咒,始终是“赏花经济”的痛点。面对“赏花经济”的共性难题,铁冲乡如何破题?

“我们致力于让‘过客’成为‘过夜客’,让‘回头客’成为‘回头客’。”铁冲乡党委书记张尹迪给出了破题思路。近年来,铁冲乡立足乡内丰富的生态资源,依托“中国红岭公路”旅游线路,结合红色文化资源,聚焦“赏花”主题,充分挖掘望春谷、杜鹃岭、油茶示范基地等旅游潜力,集要素、统筹推进,在交通、住宿、餐饮、购物等方面下足功夫,以特色破题、以品质说话,以创意出彩,让赏花游“常开常艳”,历久弥新。

在高畈村,“冬晓·寻溪里”民宿的开业,解锁了铁冲文旅融合发展新场景、新赛道、新业态、新模式,为金寨构建“全域旅游”新格局增添了浓墨重彩的一笔。

民宿负责人赵强是湖北武汉人,到了快退休的年纪,却想在民宿行业闯一闯。“一方面是觉得民宿行业潜力巨大,另一方面也有私心,想找个环境好的地方养老。”赵强回忆,2023年春天,他和朋友一同来到金寨为民宿选址,当来到铁冲乡

时,顿时被漫山的望春玉兰、杜鹃花吸引,当即决定与政府合作,投资4000万元将闲置的农房改造成功能齐全的高端民宿。“民宿正对面就是望春谷和杜鹃岭,每年春天这里的美景都吸引不少游客。”赵强说。

“从去年5月开业到去年年底,民宿营业额超300万元,今年预计超600万元,目前房间订单已经排到8月份。”这个营业额超出了赵强的预期,看着金寨旅游市场的红火,他决定将“退休计划”往后推迟,打算在望春谷再投资一家民宿。

“我们不仅要让游客记住望春玉兰的惊艳,更要让他们带走铁冲的故事。”张尹迪表示,“下一步,铁冲乡将以望春谷景点为核心,通过串点成线、以线带面,辐射带动杜鹃岭、修仙寨、陈家寨自然景点,延长游客游玩时间;围绕“两点两线四区”发展格局,倾力打造李桥万亩油茶基地,并新建灵芝药旅融合服务中心,逐步形成集生产加工、展示体验、研学旅行为一体的灵芝产业综合服务中心,为铁冲秋冬季旅游增添新去处。”

铁冲乡的实践印证:乡村振兴不是“昙花一现”的流量狂欢,而是生态保护、产业融合与长效机制的协奏曲。当一朵花遇见与时俱进的乡村治理智慧,便能绽放出“美丽经济”的永续春天。

脑卒中的干预管理

脑血管病严重威胁我国居民健康,其高发病率、高复发率和高致残率给患者、家庭和社会带来沉重负担,施行早期预防和综合干预是降低脑血管病疾病负担的有效措施。据2023年最新发表在《JAMA Netw Open》的一项对近70万社区居民的分析研究显示,2020年我国40岁以上居民脑卒中患病率为2.6%,每25人中就有一人发生过脑卒中(脑中风),340万人新发卒中,230万脑卒中死亡。数据显示:在所有脑卒中患者中86.8%为缺血性脑卒中,脑出血占11.9%、蛛网膜下腔出血占1.3%。高血压人群中脑卒中患病率为44.8%,糖尿病人群中的脑卒中患病率为21.2%,血脂异常人群中的脑卒中患病率为37.3%。针对脑血管病的危险因素进行早期的干预管理是减少脑卒中发病的有效方法。

一、脑卒中的危险因素：

1. 高血压:高血压是脑血管疾病首要危险因素,能加重动脉硬化进程的进展,如果发生了动脉硬化,血管壁增厚,管腔狭窄或斑块脱落继发血栓形成,血栓脱落堵塞脑血管,导致脑缺血不足或脑梗死;也会使脑血管破裂,导致脑出血。
2. 缺乏运动:缺少运动是脑卒中的重要危险因素,运动能增加肌肉收缩,挤压血管,促进血液流动,规律的体育锻炼能够降低卒中发生的风险。
3. 超重和肥胖:超重和肥胖会增加脑卒中的发病风险。
4. 血脂异常:血脂异常是指血清中总胆固醇、低密度脂蛋白、甘油三酯过高,血脂异常是动脉粥样硬化发生发展最重要的危险因素之一,也是卒中重要的独立危险因素。
5. 吸烟:香烟中的有害物质会损伤血管内皮,促进血栓的形成,加重血管的炎症。
6. 不合理膳食:随着我国社会经济的快速发展,居民的膳食结构和饮食习惯也发生了巨大变化,膳食特点逐渐趋向高热量、高脂肪、高糖模式,从而增加慢性疾病的风险。
7. 心脏疾病:包括心房颤动、卵圆孔未闭。心源性栓塞造成卒中占缺血性卒中的14%—30%,而房颤导致的心源性卒中占70%,房颤患者发生脑梗死的风险比正常人高5倍。
8. 糖尿病:我国糖尿病发病率高达1.14亿,且发病率仍呈上升趋势,糖尿病可引起血管病变,包括心血管和脑血管,是中风的独立危险因素。
9. 心理因素:心理因素会增加卒中的风险。
10. 酒精摄入:研究显示,大量饮酒可使卒中风险增加20%,并使卒中相关死亡率上升16%。
11. 其他因素:既往有脑卒中、TIA及卒中家族史;无症状颈动脉狭窄;高同型半胱氨酸血症;睡眠呼吸紊乱;代谢综合征等。

二、预防脑卒中的方法

1. 控制危险因素
 - (1)积极控制高血压,定期测量血压,遵循医生的建议,采取必要的药物治疗和生活方式改变来控制高血压。
 - (2)管理糖尿病,定期检查血糖水平,遵循医生的指导,进行适当的药物治疗和生活方式改变来管理糖尿病。
 - (3)控制高血脂症,通过定期检查血脂水平,采取必要的生活方式改变如减少饱和脂肪和胆固醇的摄入,药物治疗来控制高血脂症。
 - (4)戒烟限酒。
 2. 定期体检筛查:询问是否具有某些对脑卒中有严重影响的高危因素,以及实施与脑卒中相关的专业化体检筛查并记录结果,包括既往心脑血管病史、专项检查、神经系统检查、颈动脉超声检查及经颅多普勒(TCD)等。
 3. 合理膳食,低盐低脂,增加新鲜蔬菜水果的摄入,摄入全谷类的食物如燕麦和糙米,选择低脂肪的乳制品,以及深海鱼类。
 4. 控制体重,体重指数(BMI指数)=体重/身高的平方,控制在正常范围在18.5—24.9之间。
 5. 适量的运动,有规律的有氧运动如慢走、骑自行车、游泳等,运动也要有限度,量力而行。
 6. 保持健康的心态和良好的情绪,避免情绪大幅的波动。

三、快速识别脑卒中

“时间就是大脑”尽快就医,可避免或减少残疾的发生,甚至能够避免生命危险。按照“120”快速判断,即1:看到一张不对称的脸,嘴巴歪;2:查两只胳膊是否有单侧无力,不能抬;0:聆(零)听说话是否口齿不清,不明白。如果有以上任何症状突然出现,立即拨打急救电话120。

卒中是一种严重的疾病,卒中也是可以预防的,我们要改正错误的观念和不健康的生活方式,有意识的避免脑卒中的危险因素,定期进行脑卒中筛查,对体内已经形成的病理变化如颈动脉斑块造成的狭窄等要引起重视,做到早诊断、早干预就可以有效的降低脑卒中发生的风险,提高生活质量。

(六安市中医院 徐慧)

血液透析患者动静脉内瘘的护理

血液透析是慢性肾衰竭患者常见的治疗手段,而其中的动静脉内瘘(简称“内瘘”)则是透析治疗成功的关键之一。作为一种提供长期透析的有效通路,内瘘被广泛应用于血液透析患者中。然而,内瘘的护理并非一项简单的任务,它涉及到许多细节,护理不当可能导致内瘘功能丧失、感染或血栓形成等问题,进而影响透析效果,甚至威胁患者生命。因此,如何科学、有效地护理动静脉内瘘,是每一位透析患者及其家属和护理人员都需要掌握的重要知识。

动静脉内瘘是通过外科手术将患者的动脉和静脉连接起来,形成一个人工血管通道。这一通道用于血液透析时,确保血液能顺畅流入透析器并及时排出体外。内瘘的优点是其具有较长的长期通畅性,相比于临时使用的血管通道如中心静脉导管,内瘘的感染风险较低,透析效果较好。内瘘的建立通常需要在患者的前臂或者上臂部位进行,而动静脉内瘘的维护和护理,直接关系到患者透析治疗的顺利进行。因此,护理人员与患者必须密切配合,注意细节,确保内瘘能够

长期维持良好的功能。

动静脉内瘘的护理目标,动静脉内瘘的护理不仅仅是为了防止感染和并发症,更多的是确保内瘘的功能长期保持通畅,使透析过程更为高效。

维持通畅:内瘘的最主要功能是提供稳定的血流通道。因此,护理的首要任务是预防血栓形成,确保血流顺畅。

预防感染:内瘘作为一个外露的通道,极易受到细菌的侵入,因此预防感染是护理中的重中之重。

监测并发症:定期监测内瘘部位的功能,及时发现异常症状,如肿胀、发红、发热等,防止并发症的发生。

教育患者:患者的积极参与对于内瘘护理至关重要。指导患者正确的自我护理方法,并让他们了解内瘘的重要性,增强其护理意识。

动静脉内瘘的日常护理百科一下这些方面。

1. 定期检查内瘘功能,内瘘的功能监测是护理的重要内容之一。护士或护理人员应

定期检查内瘘部位,确认其通畅性和是否有异常表现。

触摸法:用手指轻轻触摸内瘘部位,检查是否能够感知到“振动感”。这种振动感是由于血液流动产生的震动,称为“振荡感”,是内瘘通畅的标志。

听诊法:使用听诊器轻轻听内瘘部位的血流声音,如果听到稳定的血流声音,则说明内瘘功能正常。如果听不到声音或者声音变得异常,则可能存在血栓或血流不畅的情况,需要进一步处理。

观察法:检查内瘘部位是否有肿胀、青紫、发红或皮肤破损等异常情况,这些可能是血流不畅或感染的迹象。

2. 保持内瘘部位清洁干燥。为了防止感染,保持内瘘部位的清洁和干燥是至关重要的。护理时要特别注意:

清洁:使用无菌盐水或消毒液(如碘伏)清洁内瘘部位,避免使用刺激性强的消毒液,以免引发皮肤过敏或损伤。

干燥:每次清洁后,要确保内瘘部位完全干燥,再进行包扎或穿戴保护。保持部位干

中医怎样调理脑膜瘤

程度的失调。中医治病讲究的是辨证施治,即根据患者的不同体质、不同症状来制定个性化的治疗方案。因此,针对脑膜瘤的中医调理,首先要通过望、闻、问、切等手段去了解患者的具体情况,包括患者的体质、病情发展情况等。只有了解了这些,才能制定出合适的治疗方案。

中医调理脑膜瘤的常见方法有如下这些方面。

1. 草药调理。中医的草药治疗历史悠久,许多草药被发现具有抗肿瘤、清热解毒、活血化痰等作用。针对脑膜瘤,常用的草药包括丹参、白术、枸杞、灵芝、黄芪等。具体的草药组合会根据患者的体质、病情不同而有所不同。

丹参:丹参有活血化瘀的功效,能促进血液循环,帮助缓解因血瘀引起的疼痛和不适。它常常被用来治疗血瘀引起的肿瘤。

黄芪:黄芪是常见的补气药,能够增强身体的免疫力,帮助身体抵抗肿瘤的生长。它对于提升体力、减轻疲劳症状,具有显著效果。

枸杞:枸杞有滋补肝肾、养血明目的作用。它对于提高身体的整体免疫力、促进血液循环、调节肾功能有积极作用。

灵芝:灵芝是一种非常珍贵的草药,具有增强免疫力、抗肿瘤、抗衰老等多重功效。现代研究也证实了灵芝在抗肿瘤方面的潜力。

这些草药的合理配伍,可以帮助患者调理脏腑、化痰通络,缓解症状,促进身体的自我修复。

2. 针灸治疗。针灸是中医的重要疗法之一,刺激人体的特定穴位,调节气血流动,达到治疗疾病的效果。针对脑膜瘤的治疗主要通过调节人体的气血运行,疏通经络,缓解肿瘤对周围组织的压迫,减轻患者的不适症状。常见的针灸穴位包括百会、风池、合谷等。这些穴位能够帮助疏通气血、清热解毒、活血化瘀。对于一些肿瘤患者,针灸的作用不仅局限于减轻症状,还能帮助增强免疫力,促进身体的自我修复。

3. 食疗辅助。食疗在中医中占有重要地位,适当的饮食可以帮助提高身体的免疫力,调节体内的阴阳平衡。对于脑膜瘤患者,食疗不仅能提供必要的营养,还能帮助身体抵抗肿瘤的生长。

清淡饮食:脑膜瘤患者应该避免油腻、辛辣、刺激性的食物,选择清淡、易消化的食物,如粥、汤、蔬菜水果等。

脑膜瘤是一种起源于蛛网膜的肿瘤,通常为良性肿瘤。它可能生长在脑内或脑外,并可能压迫周围的组织和神经。中医是一种传统的医学体系,拥有数千年的经验积淀,它调理人体的气血阴阳,以草药、针灸等方式,来帮助缓解症状、促进恢复。

脑膜瘤是脑部的良性肿瘤,通常发生在大脑的保护膜——脑膜上。虽然它属于良性肿瘤,但如果生长位置较为特殊或较大,可能会压迫到周围的脑组织,导致头痛、视力模糊、记忆力减退、肢体无力等一系列症状。不同的患者可能表现出不同的症状,且症状的严重程度与肿瘤的大小、位置和发展速度密切相关。

尽管现代医学对脑膜瘤的治疗方法已有了一定的研究和进展,手术、放疗、药物等治疗手段被广泛应用,但中医的调理也可以为患者提供辅助治疗的选择。中医强调的是通过整体调理来恢复身体的平衡,从而提高身体的免疫力,帮助患者缓解症状,甚至改善身体的整体健康状态。

从中医的角度看,脑膜瘤的发生是由于体内气血失衡、脏腑功能失调所导致的。中医理论认为,肿瘤的形成往往与体内的“痰湿”、气滞、血瘀等因素密切相关。当人体的气血无法正常运行时,体内的废物积聚,可能导致肿块的形成。

脑膜瘤的发生,常常反映出脏腑的虚弱,特别是肝、脾、肾的功能可能出现了一定

冠脉介入术:呵护“心”通道

冠状动脉是心脏的“生命通道”,为心脏提供血液和氧气。然而,当冠状动脉出现狭窄或堵塞时,心脏的供血就会受到影响,进而引发一系列严重的心血管疾病。冠脉介入技术作为一种先进的治疗手段,为这些患者带来了希望。

冠脉介入技术(PCI)包括经皮冠状动脉腔内成形术(PTCA)和支架植入术等,是一种通过导管技术疏通狭窄甚至闭塞的冠状动脉管腔,恢复前向血流,从而改善心肌血流灌注的治疗方法。它主要包括冠脉造影造形术、经皮冠状动脉腔内成形术和冠状动脉内支架植入术等。

冠脉介入术具有创伤小、恢复快、能迅速缓解心绞痛症状,降低心肌梗死的发生率和死亡率等优点,冠脉介入术的核心在于通过导管技术直接作用于狭窄或堵塞的冠状动脉。手术过程中,医生会将一根细长的鞘管插入患者的股动脉或桡动脉,然后在鞘管内送入导线到达病变血管远端,再沿导线送入预扩张球囊。球囊在X光引导下到达冠状动脉的狭窄部位,随后球囊膨胀,挤压动脉壁上的斑块,使血管腔重新通畅。在必要时,还会在狭窄部位植入支架,以防止血管再次狭

窄。支架植入后,血管壁会逐渐生长内皮细胞,将支架覆盖,从而实现血管的长期通畅。

冠脉介入术适用于以下几种情况。首先是急性心肌梗死,当冠状动脉突然完全堵塞,导致心肌缺血坏死时,冠脉介入术可以迅速开通血管,挽救濒死的心肌细胞。其次是不稳定型心绞痛,患者在休息状态下或轻微活动后出现心绞痛,提示冠状动脉狭窄严重,随时可能发展为心肌梗死。还有药物治疗效果不佳,严重影响生活质量的稳定性心绞痛。最后是部分冠状动脉慢性闭塞病变,冠状动脉长期闭塞,因多数有侧支供血,使部分心肌仍可存活,但侧支供血明显少于主支供血,通过介入治疗可以恢复血流,改善心功能。

冠脉介入术前患者往往会感到紧张和焦虑。护理人员应主动与患者沟通,了解他们的心理状态和担忧,耐心地向患者解释手术的目的、过程、风险和预后,让患者对手术有一个全面的认识。同时协助医生对患者进行全面的术前检查,帮助医生评估患者的身体状况和手术耐受性,为手术的安全进行提供保障。对于有高血压、糖尿病等基础疾病的患者,要密切监测血压、血糖等指标,并将其

控制在合适的范围内。如果患者正在服用抗凝药物或抗血小板药物,要根据医生的指示调整用药方案。护理人员需告知患者术前禁食禁水的时间,一般为6—8小时,并为患者建立静脉通道,便于术中用药和输液。指导患者进行床上排便训练,以适应术后卧床期间的正常需求。

手术过程中严格遵守无菌操作原则,防止手术感染。时刻监测患者的生命体征,尤其是心电图的变化。因冠脉介入术可能会对心脏功能产生影响,随时会出现心律失常、心肌缺血等症状,此时要立即报告医生,并协助医生进行紧急处理,确保患者的生命安全。在术中患者会感到不同程度的疼痛,护理人员应根据疼痛程度给予适当的镇痛药物,同时要密切观察药物的不良反应。还可以通过听音乐、播放轻松的音乐等方式分散患者的注意力,减轻疼痛感受,缓解紧张情绪。

出血是冠脉介入术中常见的并发症。术中护理人员还要密切观察穿刺部位有无出血、渗血及血肿,特别是股动脉穿刺部位。如果出现出血,要及时给予压迫止血,并报告医生进行处理。整个手术过程顺利完成,后,



(六安市中医院 徐慧)