

(上接一版)

这场研学之旅,恰似一粒文明的种子,从校园的思想润土中萌芽。而阜城的文明叙事,正以红色基因为主,时代精神为墨,在城市的每个角落勾勒出动人画卷。市民广场上,“江山就是人民 人民就是江山”公益景观小品成为精神地标,凝固的历史意象与流动的市井生活在此交织,无需言语,信仰的种子已在驻足观赏的人群心中悄然扎根。“住得近,常带孩子来玩,这些雕塑不只是风景,更是红色精神的传承。”金安区望城街道和谐社区居民桑娟的话语,道出了市民对文明浸润的真切感知。

在文明创建的深耕中,六安深谙“以文化人”之道:将社会主义核心价值观融入城市景观,让公益广告成为流动的文明教科书。中心城区的“好人路”与主题公益雕塑如文明驿站,驻守在城市主干道的醒目节点;以“文明健康 快乐运动”为主题的3D浮雕文化墙,在公共空间铺展出生动的文明长卷。更具创意的是宣传矩阵的创新——《有尊严的包子》《高铁霸座不文明》等公益广告短视频,以古人穿越的巧思、物品拟人的趣味、木偶剧场的灵动,将文明规范转化为可触摸的文化符号;原创歌曲《文明在我心》《榜样》MV与文明实践阵地Vlog,则以光影为笔,勾勒出阜城儿女共建共享的幸福画卷。

#### 精神筑根基 文明谱新篇

4月3日,六安经济开发区皋陶墓广场庄严肃穆,“2025乙巳年纪念皋陶活动”在此启幕。作为六安撤地建市以来的第21届纪念活动,该祭典入选安徽省非物质文化遗产代表性项目名录后已经第三次呈现。

舞台之上,古乐悠扬流转,依次展现从周代至今的祭祀场景。层层递进间,皋陶文化的千年魅力尽数绽放。自2005年起,皋陶祭典从简朴的公祭仪式蜕变为集文化展演、精神传承于一体的盛会,每年均注入全新文化内涵,规模与影响力逐年攀升,成为六安历史文脉传承的重要标识。

夏日的大别山革命历史纪念馆广场,绿树成荫,生机盎然。沿台阶拾级而上,大厅内青铜雕塑群赫然入目:董必武、徐向前等革命先辈的坚毅神情栩栩如生,左右墙面高悬的六面军旗,无声诉说着中国工农红军第一军、第二十五军等主力部队在大别山诞生的荣光。跟随讲解员的脚步,历史的烽烟仿佛在眼前重现,艰苦卓绝的革命岁月,为六安积淀下深厚的红色底蕴与永不褪色的精神火种。

知所从来,方明所往。近年来,秉持“创建为民、创建惠民、创建靠民”的理念,六安将皋陶法治文化、红色文化、治水文化融入城市更新血脉。从赧续公园的历史回望,到高楼街区的现代脉动,再到市民广场的精神地标——全国爱国主义教育示范基地大别山革命历史纪念馆,处处彰显着城市文明与红色基因的深度交融。

从乡音宣讲到城市建设,从榜样引领到文脉传承,六安的文明创建之路,是信仰扎根、文化铸魂的生动实践。这座以红色为底色,以文明为亮色的城市,正以信仰之光照耀着每一个角落,续写着新时代文明城市建设的华彩乐章。

信仰坚定，赧续文明传薪火

# 商务部介绍中美经贸磋商机制首次会议

新华社北京6月12日电(记者 张晓洁 潘洁)商务部新闻发言人何亚东在12日举行的商务部例行新闻发布会上说,当地时间6月9日至10日,中美经贸团队在英国伦敦举行中美经贸磋商机制首次会议。双方就落实两国元首首6月5日通话重要共识和巩固日内瓦经贸

会谈成果的措施框架达成原则一致,就解决双方彼此经贸关切取得新进展。

“下一步,双方将进一步发挥好中美经贸磋商机制作用,继续保持沟通对话,不断推进共识、减少误解、加强合作,共同推动中美经贸关系行稳致远。”何亚东说。

他表示,关于稀土问题,中国作为负责任的大国,充分考虑各国在民用领域的合理需求与关切,依法依规对稀土相关物项出口许可申请进行审查,已依法批准一定数量的合规申请,并将持续加强合规申请的审批工作。

在回答关税相关提问时,何亚东说,中方反对单边加征关税措施的立场是一贯的,敦促美方恪守世贸组织规则,与中方按照相互尊重、和平共处、合作共赢的原则,共同推动中美经贸关系稳定、可持续发展。



## 印度失事客机确认载有242人

6月12日,在印度古吉拉特邦艾哈迈达巴德,人们在客机失事现场进行救援。

印度航空公司12日证实,当天在古吉拉特邦艾哈迈达巴德机场附近坠毁的客机载有242人。

新华社/印度联合新闻社

新华社北京6月12日电(记者 王优玲)住房和城乡建设部相关负责人12日表示,要结合实施城市更新行动,系统谋划、统筹推进,按照宜建则建、宜改则改原则,因地制宜实施完整社区建设。

住房和城乡建设部12日在杭州召开全国完整社区建设工作现场会。相关负责人说,要开展社区专项体检,有条件的城市要编制完整社区建设专项规划,建立完整社区建设项目库和实施计划,强化设计引导作用。

相关负责人说,要完善社区服务设施,打造宜居生活环境、推进智能化服务、健全社区治理机制,建设安全健康、设施完善、管理有序的完整社区。

同时,要构建部门协同工作机制,制定有关法规、政策、标准,健全多元化投融资方式,多渠道筹措资金,建立可持续运营模式,吸引社会力量参与社区设计、建设、改造和运营,引导居民、规划师、设计师等参与社区建设。

根据住房和城乡建设部发布的《完整居住社区建设指南》,完整社区是指,在居民适宜步行范围内有完善的基本公共服务设施、健全的便民商业服务设施、完备的市政配套基础设施、充足的公共活动空间、全覆盖的物业管理和健全的社区管理机制,且居民归属感、认同感较强的居住社区。

据介绍,各地积极开展完整社区建设试点工作,探索形成了一批可复制可推广的经验。106个试点社区共建设改造养老、托育、便利店等各类服务设施2000余个,新增机动车停车位2.47万个、社区公共充电桩5900余个、公共活动场地和公共绿地70余万平方米。

此外,浙江、重庆、湖北、湖南等18个省市区扩大了试点范围,共打造完整社区建设样板3000个,明显改善了社区人居环境,提升了居住品质。

新华社香港6月12日电

(谢如)香港2025年盛事活动之一、为期4天的第39届香港国际旅游展和第20届香港商务会奖旅游展,12日在香港会展中心开幕。来自60多个国家和地区的约500家参展商,在展会上积极宣传自身特色,探讨旅游新趋势。

本次展览主题为“从复苏到发展”。活动现场,展商们带来最新旅游产品,并设立丰富的互动环节展示当地文化,包括吉祥物打卡位及工作坊体验等。为吸引更多青年旅客和年轻父母参与,今年首设“青年/Z世代旅游”和“家庭旅游”两个展区,鼓励年轻一代用全新视角重新探索旅游的可能性及意义。展览期间将举办逾110场活动,包括展商推介会、研讨会及讲座等。

香港特区政府文化体育及旅游局局长

## 第39届香港国际旅游展开幕 展现文旅融合新成果

罗淑佩在开幕式致辞表示,2024年全年访港旅客约为4500万人次,同比增长31%。这一强劲反弹充分彰显了香港旅游业的韧性,以及香港作为世界级旅游目的地的魅力。2025年前5个月访港旅客约2000万人次,同比上升12%。香港正全力以赴巩固传统旅游资源,同时挖掘新资源。预计2025年全年访港旅客约4900万人次,同比增长10%左右。

在展览现场,参展商纷纷展示最新特色旅游线路等,并有专业人士解答相关疑问。亚洲旅游交流中心12日下午举行“你好!中国”赴中国内地入境旅游政策说明会,从签证办理、入境流程到旅游产品等进行了多方面介绍,旨在吸引更多在港澳地区的外籍旅客前往中国内地旅游,进一步提升香港作为“一程多站”旅游枢纽的重要作用。

亚洲旅游交流中心主任张栋表示,举办本次说明会为港澳地区外籍旅客赴中国内地旅游搭建了便利的沟通桥梁,亚洲旅游交流中心将继续携手各方力量,持续服务内地与港澳地区文化和旅游的合作交流,助力香港“一程多站”枢纽建设。

据主办方介绍,展会首两日限业界人士参加,之后两日对公众开放,预计4天可吸引约7万人次入场。

药剂量和疗程,随意调整可能影响治疗效果,甚至加重病情。

#### 二、了解药物成分,警惕药物相互作用

在服用中成药前,应仔细阅读药品说明书,了解药物成分。若正在服用其他药物,包括西药、保健品等,需告知医生,避免药物相互作用。比如,复方丹参滴丸不宜与抗凝血药物(如阿司匹林)同时服用,否则可能增加出血风险;含有甘草的中成药与降压药联用时,可能拮抗降压药的效果,影响血压控制。

#### 三、关注用药反应,定期复查

用药过程中,要密切关注自身身体反应,一旦出现不适症状,应及时就医。同时,定期进行相关检查,如肝肾功能、心电图等,评估药物对身体的影响。对于长期服用心血管中成药的患者来说,定期复查有助于医生及时调整治疗方案,保障用药安全。

#### 特殊人群用药注意事项

孕妇、哺乳期妇女、儿童、老年人等特殊人群,在使用心血管中成药时需格外谨慎。孕妇服用活血化瘀类中成药,可能增加流产或早产的风险;老年人肝肾功能减退,对药物的代谢和排泄能力下降,用药时应适当减少剂量;儿童的身体发育尚未成熟,部分成分可能影响其生长发育。因此,特殊人群用药前,一定要咨询专业医生,权衡利弊后再决定是否用药以及如何用药。

中成药并非“天然无毒”,在心血管疾病的治疗中,正确认识其副作用、遵循安全用药原则至关重要。若在用药过程中有任何疑问,应及时与医生沟通,切不可盲目自行用药。只有科学合理地使用中成药,才能为心血管健康保驾护航。

(安阳市人民医院药学部 徐本玉)

## 中成药心血管用药安全警示

在心血管疾病的治疗与预防中,中成药凭借其多靶点调节、副作用小等特点,受到不少患者的青睐。无论是治疗冠心病的复方丹参滴丸,还是改善心律失常的稳心颗粒,中成药在心血管领域的应用日益广泛。然而,部分人存在“中成药无毒副作用”的误区,随意增减药量、自行购药服用。事实上,中成药同样存在副作用,若使用不当,不仅无法达到治疗效果,还可能危害健康。

#### 重新认识中成药

中成药是以中药材为原料,经制剂加工制成各种不同剂型的中药制品。虽然其成分源于天然药材,但这并不意味着绝对安全。中药材本身含有多种化学成分,部分药材还具有一定毒性,如附子、细辛等。经过加工制成中成药后,药物成分相互作用,仍可能对人体产生不良反应。

从中医理论来讲,药物具有寒、热、温、凉四性,辛、甘、酸、苦、咸五味,只有针对个人体质和病情准确用药,才能发挥药效。若药不对症,即便无毒的药材,也可能引发不适,就像寒性体质的人服用寒凉药物,可能加重虚寒症状,影响心血管功能的正常运行。

#### 心血管中成药的常见副作用

##### 一、胃肠道反应

许多心血管中成药含有活血化瘀、芳香走窜的成分,如冰片、川芎等,这些成分对胃肠道有一

定刺激性。常见的症状包括恶心、呕吐、腹痛、腹泻等。例如,速效救心丸中含有的冰片,长期或大量服用,可能导致胃肠道不适,尤其是本身就有胃肠道疾病的患者,更容易出现这类副作用。

##### 二、过敏反应

中成药的成分复杂,部分患者可能对其中的某种成分过敏。过敏症状轻者表现为皮疹、瘙痒,严重者可能出现喉头水肿、呼吸困难,甚至过敏性休克。比如,有的患者在服用通心络胶囊后,出现皮肤红斑、瘙痒等过敏现象,这可能是对其中的人参、水蛭等成分过敏。

##### 三、心血管系统异常

一些心血管中成药的剂量把控不当,可能影响正常的心血管功能。如含有麻黄的中成药,麻黄中的麻黄碱可兴奋心脏,使心率加快、血压升高。对于高血压患者来说,可能导致血压难以控制,增加心脑血管意外的风险。而部分具有减慢心率作用的中成药,若与其他同类西药联合使用,可能引起心动过缓。

#### 心血管中成药安全用药要点

##### 一、遵循医嘱,避免自行用药

心血管疾病病情复杂,每个人的症状、体质不同,用药也存在差异。患者务必严格遵循医生的处方和建议,不可自行增减药量、更换药物或停药。例如,在服用芪苈强心胶囊治疗慢性心力衰竭时,医生会根据患者的心功能分级、身体状况确定用

## 胃镜舒适护理小妙招

节奏,这个技巧在检查时非常有用。

#### 第二步:选择适合自己的检查方式

胃镜有普通胃镜、无痛胃镜两种方式。普通胃镜就是清醒状态下进行检查,有点不适,但过程快,一般五分钟左右就结束,检查结束后一会就能进食,也不影响上班。如果实在恐惧、紧张,医生会建议做无痛胃镜,检查时注射短效麻醉药,人会进入浅睡状态,整个检查过程没有不适感觉,醒来后一切就检查完了。不仅减轻痛苦,还能避免检查中呕吐导致的误吸。无痛胃镜虽然舒适,但并不适合所有人。有心脏病、呼吸器系统疾病的人,需要谨慎选择。有慢性疾病、长期服药史的,也要提前告知医生。

#### 第三步:检查前别吃东西,记得穿宽松衣服

检查前六小时不能吃饭,四小时不能喝水,这是为了避免胃里有食物残留,影响视线,也避免误吸。早上检查胃镜,一般建议前一晚八点后不再进食,早晨不喝水、有部分慢性病药物可以正常服药,比如降压药,干净的胃是顺利检查的第一步。穿着方面尽量选择宽松、舒适的衣服,避免穿高领衣物,以免检查时憋气或者压迫脖子。

#### 第四步:检查过程中怎么做,才能舒服点?

正式检查时,护士会让你侧卧,嘴里咬住一个塑料牙垫,胃镜从这个口垫中缓缓进入。这个时候最关键的是配合呼吸:深吸气,慢慢呼气,集中注意力在

“呼气”这一步。很多人检查时感到恶心,是因为紧张、用力、屏气,这会令喉咙肌肉收紧,胃镜不好进入,反而增加难受感。如果能放松面部、放松肩膀,把注意力从“镜子”上移开,比如默数数字,或回忆一段愉快的旅行,身体会放松不少。

#### 第五步:做完后也别忽视护理细节

检查结束后,普通胃镜一般过半小时就可以喝水、吃饭,但建议先从温水、小米粥、面条等清淡、温和的食物开始。喉咙如果有点异物感,不用担心,通常几个小时后就会缓解。做了无痛胃镜的,要多留院观察一会儿,等意识完全清醒再离开,当天最好有人陪同,不建议自己开车回家。刚麻醉醒来时会有点困、走路不稳,属正常现象,休息一两个小时就能恢复。

#### 胃镜,没你想得那么吓人

胃镜只是一次短暂的检查,不是苦刑。现代医疗水平已经把它变得越来越“人性化”。无痛胃镜、超细镜管、医生的温柔操作,让这项检查慢慢从“令人抗拒”变成了“可以接受”。想象它是一次“胃部体检的快照”,清晰、直观,让医生能迅速判断问题、找准治疗方向。比起拖延和猜测,主动面对一次检查,带来的安全感才更可靠。

(无为市中医医院 郭筱玮)

## 三步识别急性心梗

日常生活中,很多人都会有胸口不适的经历。有时候是吃太快了,胃胀;有时候是熬夜太多,胃酸反涌;还有时候是压力太大,觉得“心口发堵”。但有一种情况,千万别掉以轻心——急性心肌梗死,它来得快,症状却未必典型。有些人甚至以为自己只是胃病犯了,结果错过黄金抢救时间,酿成悲剧。今天就聊一聊,胸痛为什么不等于胃病,怎么识别心梗“伪装”成胃病的那一刻。

#### 心梗为什么爱假扮“胃病”?

心脏和胃的位置接近,尤其是心脏的下壁,紧贴着横膈膜,而横膈膜下面就是胃。所以,当心肌梗死波及到下壁时,人的大脑可能会“搞混”信号——心脏出问题,却感觉像胃痛,医学上把这种现象叫“牵涉痛”。简单说就是:身体某个部位出了问题,但大脑误以为是另一个地方出问题了。心梗假装胃病,就是牵涉痛的经典案例,这种“假胃病”通常出现在一些危险人群身上,比如老年人、糖尿病患者、高血压或长期吸烟的人。他们的神经反应可能迟钝,不容易出现典型的胸痛症状,而是觉得肚子胀、恶心、烧心,甚至像得了急性胃炎。

#### 如何区分心梗和胃病?

##### 一、疼痛的位置和性质不同

心梗引起的痛,往往在胸骨后或左胸部,有时还会放射到左肩、左臂、下颌,甚至背部。而胃痛多在上腹部偏中间,或左上腹,不太会向肩膀或下巴放射。

##### 二、疼痛的持续时间不同

胃痛引起的疼痛通常比较缓慢、绵长,可能会因为进食而缓解或加重。而心肌梗死的痛,多是突然发生,性质剧烈,压榨感、闷胀感明显,往往持续十几分钟甚至更久,休息也难以缓解。

##### 三、伴随症状不同

心梗可能伴有大汗、头晕、呼吸困难、心慌、濒死感等全身症状,有些人还会出现面色苍白、血压下降。而胃痛更多的是反酸、呕吐、胃胀等消化系统的表现,很少有明显的全身反应。

##### 四、疼痛触发的背景不同

心梗常常发生在体力活动、情绪激动或清晨醒来的时候。有些人甚至在便秘时屏气用力,诱发心梗。而胃病多和饮食有关,吃得太多、太辣、太冷、太油,才会引起不适。

#### 警惕心梗的信号

下面这些“信号”,一旦出现,一定要提高警惕:胸口突然剧烈发闷,像有块石头压着;痛感不在胃部,而

是在胸部或左侧肩膀、手臂蔓延;疼痛伴随出冷汗、脸色发白、气短、心跳不规律;感觉“快要死了”,焦虑、不安,说不出哪里不舒服;吃胃药没效果,反而越来越痛。如果有高血压、糖尿病、高血脂症、吸烟史、家族心脏病史的人,出现这些表现时,更要果断怀疑是心梗,而不是胃病。

#### 及时就医,别自己硬扛

有些人怕麻烦,觉得“再等等就好了”;也有人以为是胃病,急忙找胃药吃,结果反而耽误了抢救时间。心肌梗死最关键的是时间,医学界常说“时间就是心肌,时间就是生命”,发病后前1小时是抢救的黄金时间,能否尽快打通堵塞的血管,关系到心脏能不能保住。所以,出现疑似心梗的症状,正确的做法是立刻拨打急救电话(比如120),尽快到有胸痛救治中心的医院。在等待救援时,可以让患者平躺、保持安静,不要剧烈活动。如果身边有医生指导,也可以含服硝酸甘油或阿司匹林,但前提是明确是心梗,不是其他病,否则可能适得其反。

#### 心梗不一定“抓胸倒地”

大家对心肌梗死的印象,很多来自影视剧:一个人捂着胸口,面色扭曲,然后“啪”地一下倒地不起。但现实中,心梗往往没有这么夸张,有的人只觉得胸口发闷、喘不上气;有的人是突发的上腹痛,以为是胃病;有的人只觉得乏力、心慌,甚至是牙疼、肩膀酸。这些“伪装”,让不少人掉以轻心,等真正意识到问题,已经错过了最佳抢救时机。所以,真正识别心梗的关键是:高度警觉+立刻就医。

急性心肌梗死并不可怕,可怕的是误判、拖延和犹豫。我们不能凭感觉来判断病情,更不能用经验替代医学判断。遇到胸痛,不要轻当成胃病对待,如果症状有一点点不像平时的胃痛,或者来得特别突兀、特别重,一定要想到心梗的可能。

识别心梗,别让误以为的“胃痛”,变成无法挽回的遗憾。

(祁溪县人民医院 贺贵平)

