

习近平主持召开中央全面深化改革委员会第六次会议强调 解放思想实事求是与时俱进求真务实 全力抓好改革任务的组织实施

李强王沪宁蔡奇出席

新华社北京8月29日电 中共中央总书记、国家主席、中央军委主席、中央全面深化改革委员会主任习近平8月29日上午主持召开中央全面深化改革委员会第六次会议并发表重要讲话。他强调,进一步全面深化改革是在新时代以来全面深化改革基础上推进的,具备坚实基础和有利条件。要运用好已有的改革成果和重要经验,解放思想、实事求是、与时俱进、求真务实,充分调动各方面积极性,全力抓好改革任务的组织实施。

中共中央政治局常委、中央全面深化改革委员会副主任李强、王沪宁、蔡奇出席会议。

会议审议通过了《中央和国家机关

有关部门贯彻实施党的二十届三中全会《决定》重要改革举措分工方案》、《关于实施自由贸易试验区提升战略的意见》等文件。

会议强调,党的二十届三中全会对进一步全面深化改革作出全面部署,确定了300多项重大改革举措。要坚持党中央对改革的集中统一领导,严格执行请示报告制度。要把准改革的战略重点和优先方向,合理安排改革举措的先后顺序、节奏时机。要把改革同经济社会发展更加紧密结合起来,推动标志性改革举措加快落地。要加强改革系统集成,增强改革政策取向一致性,主动评估对经济社会发展

的影响,形成改革和发展的合力。

会议指出,要优化改革推进落实机制,加强重大问题统筹协调。各牵头单位和参与单位要敢于担当、真抓实干,加强重大改革的调研论证,制定改革组织实施方案。要加强改革督察、评估问效、巡视巡察等工作,以实绩实效和人民群众满意度检验改革。

会议强调,党的十八大以来,党中央部署设立的22个自由贸易试验区,推出了一大批标志性、引领性制度创新成果,有效发挥了改革开放综合试验平台作用。贯彻落实党的二十届三中全会部署,实施自由贸易试验区提升战略,目的是在更广领域、更深层次开展探索,实现自由贸易试验区制度型开放

水平、系统性改革成效、开放型经济质量全面提升。要坚持以高水平开放为引领,以制度创新为核心,鼓励先行先试,开展首创性、集成式探索,推动全产业链创新发展,增强对外贸易综合竞争力,促进投资自由化便利化,推动以贸易、投资、资金流动、交通运输、人员往来自由便利和数据安全有序流动为重点的政策体系更加完善。要统筹发展和安全,稳步扩大规则、规制、管理、标准等制度型开放,提升风险防控能力。

中央全面深化改革委员会委员出席

会议,中央和国家机关有关部门负责同志列席会议。

中共中央办公厅印发 《中国共产党不合格党员组织处置办法》

新华社北京8月29日电 近日,中共中央办公厅印发了《中国共产党不合格党员组织处置办法》(以下简称《办法》),并发出通知,要求各地区各部门认真遵照执行。

《办法》以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,以党章和《中国共产党党员教育管理工作条例》为依据,坚持党员标准、严格教育管理监督,坚持客观公正、慎重稳妥、依规依纪,是一部专门就不合格党员组织处置作出规定的党内法规。《办法》的制定和实施,对于贯彻全面从严治党战略方针,建设信念坚定、政治可靠、结构合理、素

质优良、纪律严明、作用突出的党员队伍,不断增强党的生机和活力,具有重要意义。

《办法》共27条,主要包括4方面内容:一是对组织处置的总体要求、概念和方式、原则等作了规定;二是规定了限期改正、劝其退党和除名的适用情形,细化处置程序及后续事项;三是对可以不予处置的情形、合并处置等应把握的政策要求作出规定;四是规定了组织处置的工作责任、工作纪律等。

各级党委(党组)要把不合格党员组织处置作为党员队伍建设一项基础

性工作来抓,不折不扣贯彻执行《办法》。要加强学习培训,通过专题学习、交流研讨等方式,使各级党组织、广大党员准确领会《办法》精神,全面掌握《办法》内容,严格执行《办法》规定。要坚持严的标准和实的措施,立足教育、转化提高,及时、严肃开展不合格党员组织处置工作。要把握政策要求,严格履行程序,全面准确查核问题,客观公正作出处置决定。要搞好制度衔接,处理好组织处置同党纪处分的关系。要加强督促指导,确保《办法》各项规定落到实处。

中央网信办副主任、国家网信办副主任杨建文在致辞中表示,加强网络辟谣是健全长效机制、深化综合治理的关键抓手。要坚持共建共享,强化主体责任和工作责任,把握网络传播和治理规律,以准确事实放大正面声音,以权威辟谣挤压谣言传播空间,并要聚焦群众关切,提升辟谣能力。

中国科协党组副书记、专职副主席束为指出,科学类谣言扰乱互联网秩序,影响公众的科学认知,要让科学跑赢谣言。中国科协将坚决打击有碍科学自立自强的网络谣言,做好科学性把关和专业支撑,并坚持体制创新,协同各方联动力量,努力营造崇尚创新、科学理性的氛围。

新华社党组成员、副社长刘健强调,网络文明是新形势下社会文明的重要内容,是建设网络强国的重要领域。新形势下,建设网络生态文明、加强网络谣言治理,我们要忠实履职尽责,不断壮大主流思想舆论;发挥联动效能,形成同频共振网络辟谣声势;赋能新质传播,不断提升网络辟谣工作实效。

舌头乌紫可能是高血脂症、肺心病等导致;癌症患者的舌头也可呈紫色,有厚厚的油腻感;靛蓝偏紫则提示

2024年度上半年 社会民生领域 网络辟谣榜发布

新华社成都8月28日电 “2024年度上半年社会民生领域网络辟谣榜”28日在2024年中国网络文明大会网络辟谣分论坛上发布,该榜单由中央网信办举报中心与中国科协科普部联合推出。

中央网信办副主任、国家网信办副主任杨建文在致辞中表示,加强网络辟谣是健全长效机制、深化综合治理的关键抓手。要坚持共建共享,强化主体责任和工作责任,把握网络传播和治理规律,以准确事实放大正面声音,以权威辟谣挤压谣言传播空间,并要聚焦群众关切,提升辟谣能力。

中国科协党组副书记、专职副主席束为指出,科学类谣言扰乱互联网秩序,影响公众的科学认知,要让科学跑赢谣言。中国科协将坚决打击有碍科学自立自强的网络谣言,做好科学性把关和专业支撑,并坚持体制创新,协同各方联动力量,努力营造崇尚创新、科学理性的氛围。

新华社党组成员、副社长刘健强调,网络文明是新形势下社会文明的重要内容,是建设网络强国的重要领域。新形势下,建设网络生态文明、加强网络谣言治理,我们要忠实履职尽责,不断壮大主流思想舆论;发挥联动效能,形成同频共振网络辟谣声势;赋能新质传播,不断提升网络辟谣工作实效。

健康的舌头什么样?

专家：“秋冻”要因人而异

“春捂秋冻”是一句民间预防疾病的谚语,是指在初春时天气逐渐转暖,不要急于脱掉棉衣,适当“捂”一点;在初秋时,也不要刚有点冷就穿太多,适当“冻”一点,这对于身体健康是有好处的。当下已过处暑节气,天气逐渐变凉,昼夜温差变大,“秋冻”如何因人而异,如何科学“秋冻”?记者采访了中国中医科学院西苑医院肺病(呼吸)科主任医师樊茂蓉。

樊茂蓉介绍,进入秋季,天气转凉,人体阳气渐弱、阴气渐长。此时不宜增添太多衣物,让身体逐渐适应寒冷天气,有利于阳气的潜藏和阴气的生长。

“但‘秋冻’不是盲目挨冻,而是要随着气温的降低逐渐增加衣服。”樊茂蓉说,初秋暑热未消,气温在15摄氏度至20摄氏度时,早晚人体能感受到一些凉气,此时不要着急添加过厚衣物。仲秋即中秋节前后,气温下降,虽凉却不甚寒,是“秋冻”的较佳时期,尤其青壮年,添加衣物要适当,以免身热汗出,伤阴耗气。

需要注意的是,晚秋时,早晚温差大,当一早一晚户外气温降低到10摄氏度时,就应该结束“秋冻”。特别是秋冬交接之际,常常有强冷空气侵袭,此时若再强求“秋冻”,不但不能预防疾病,还容易惹病上身。

“秋冻”也要因人而异,并非所有人都适合。

身体健康“晴雨表” 舌头出现这些情况可能是病了

舌头不仅能让你品尝到酸甜苦辣,还是一面健康的镜子。舌诊作为一种独特而精妙的诊断方法,千百年来一直为医者所推崇。

中医认为,舌为心之苗,脾之外候,苔由胃气所生。舌与五脏六腑通过经络紧密相连,因此,脏腑的病变往往会在舌上有所反映,舌象的变化能迅速而直观地反映出人体气血盛衰、阴阳平衡、病邪进退等。

10种舌质可能是病了

如果舌头在颜色、形状、舌苔上出现一些变化,可能预示着健康问题甚至疾病。

舌头颜色

▶淡白舌:多见于气血两虚、阳气不足的患者,常伴有少苔或无苔。阳气不足,舌体就会变淡;贫血的患者也容易出现淡白舌。

▶红舌:一般表明身体实热或阴虚化热。若舌面上有红点或芒刺,分别代表心火亢盛、胃肠热盛或肝胆火旺。

临床上,急性中风患者的舌头多是异常红色;幽门螺杆菌感染,舌头可能呈现微红色并带有白色斑纹。

▶紫舌:多见于血液循环不畅者,如寒证、热证或血瘀证。舌头乌紫可能是高血脂症、肺心病等导致;癌症患者的舌头也可呈紫色,有厚厚的油腻感;靛蓝偏紫则提示

慢性呼吸系统疾病患者不太适宜“秋冻”,这部分人群的呼吸道防御功能较差,气管和支气管在寒冷刺激下会产生痉挛,使原有的咳嗽、喘息等症状加重或容易诱发慢性呼吸系统疾病急性发作。尤其是哮喘患者,对环境温度变化非常敏感,应注意保暖。

心脑血管疾病患者也不太适宜“秋冻”。低温环境容易诱发血管收缩,导致血压升高,加重心脏负担,出现心绞痛、心肌梗死或中风等心脑血管疾病。

另外,平素怕冷、手脚冰凉、容易腹泻等气虚、阳虚体质的人群也不太适合“秋冻”,应避免过度耗损阳气。特别是老年人和儿童御寒能力弱,应注意随着气温变化适时增减衣物。

掌握好“秋冻”进行养生保健,还要关注身体不同部位。樊茂蓉提醒,有些身体部位不能“冻”,反而要注意保暖:

头颈部不能冻。若头颈部受风受寒,向上会导致血管收缩,不利于脑部供血,容易诱发头痛等疾病;向下会使足太阳膀胱经受寒,容易引起感冒等疾病。

肚脐不能冻。寒凉之气通过肚脐侵袭人体内部,刺激胃肠道,容易引发腹痛腹泻;女性腹部受凉还会诱发或加重痛经,导致月经不调等。

膝关节不能冻。受凉是关节炎发



资料图片

生和加重的诱因之一,寒凉刺激会加重关节炎患者关节的肿胀和刺痛症状。

双脚不能冻。“寒从脚下生”,人的五脏六腑在足部有相应的敏感区或反应点。若脚底受冻,可反射性地引起相关部位的毛细血管收缩。脚底神经末梢丰富,受冻之后,易使身体抵抗力下降。据《人民日报》

疾控专家： 灭蚊最重要是 翻盆倒罐 无积水就无蚊虫

中新网广州8月28日电 当前已进入登革热流行季节。广东省疾病预防控制中心副主任、首席科学家林立丰28日在接受采访时表示,灭蚊最重要的是翻盆倒罐,无积水就无蚊虫。

林立丰称,2024年以来,全球登革热疫情形势严峻,流行强度显著超过历年同期水平,目前全球已有80多个国家/地区报告了超过1000万例登革热病例和6000多例相关死亡病例。

登革热作为一种传染病,其主要通过伊蚊(即花斑蚊)叮咬传播。在登革热的预防控制中,最为关键和有效的方法措施就是切断传播途径,即通过灭蚊措施,避免伊蚊叮咬,阻断登革热疫情的传播。

林立丰称,灭蚊最有效的方法还是翻盆倒罐清积水。

“通过翻盆倒罐这个简单的动作,把家里、院子里那些瓶瓶罐罐、花盆水桶里的积水都倒掉,这样蚊子的幼虫也就不能存活了。既简单又有效。”林立丰说。

“假如我们阳台上有一个未清理的闲置水桶,里面的积水只要一周五左右就可能长出上百只蚊子幼虫,随后每天都会有一批幼虫长大变成能叮咬人的成蚊。这些成蚊会源源不断地飞出来,分散到周边上万平方米的范围内叮咬人们。而如果我们第一时间倒掉这个水桶里的积水,蚊子幼虫和水都清除了,就不会再有蚊虫生长,不仅不用杀虫剂,还可以从源头一劳永逸地解决问题。”林立丰称。

频繁打嗝 “罪魁祸首”可能是 肝脓肿

过去4个月,患者张先生因为频繁打嗝痛苦不已,甚至由此引发了焦虑和抑郁情绪。前几日,北部战区总医院消化内科接诊了张先生。

张先生自述已饱受打嗝困扰4个月,其间还曾出现过数次寒颤高热的症状。张先生还患有糖尿病,血糖一直控制得不太好。为了进一步找出引起打嗝的“元凶”,医生为张先生安排了相关检查。根据CT结果初步判断,他打嗝和寒颤高热的症状与肝脓肿压迫膈肌有关。找到了“罪魁祸首”,消化内科医疗团队为张先生安排了CT引导下肝脓肿穿刺治疗,张先生的打嗝症状逐渐得到缓解,并未再出现寒颤高热的症状。

肝脓肿到底是一种什么病?为什么会得肝脓肿?消化内科医生称,肝脓肿是肝脏受到感染后形成的一种肝脏化脓性病变,好发于中老年男性。目前认为肝胆或胰腺疾病、腹十二科手术史、肝移植手术等是肝脓肿潜在的危险因素。近年来,越来越多的肝脓肿患者被发现合并有糖尿病,另外中老年、高血压病史、恶性疾病病史等亦被视为独立危险因素。肝脓肿可能出现寒颤高热、肝区疼痛及肝大等症状。

北部战区总医院消化内科团队提醒市民,出现反复的寒颤高热并伴有消化道症状时,要尽快到医院就诊完善相关检查以明确诊断,这样才能从根本上解决问题。据《沈阳日报》

第17届夏季残疾人奥林匹克运动会在巴黎开幕

第17届夏季残疾人奥林匹克运动会28日晚在巴黎开幕,这是夏季残奥会首次在巴黎举办。

巴黎残奥会中国体育代表团在女子轮椅击剑运动员辜海燕和男子举重运动员齐勇凯两位旗手的引领下入场。代表团共有运动员284人,平均年龄25.8岁,年龄最大的是48岁的乒乓球运动员熊桂艳,年龄最小的是15岁的游泳运动员朱慧。代表团将参加巴黎残奥会射箭、田径、羽毛球、硬地滚球等19个大项、302个小项的角逐。

图为8月28日,中国体育代表团在开幕式上入场。

新华社记者熊琦摄



健康教育

据央视新闻客户端

