

习近平春节前夕在北京看望慰问基层干部群众 向全国各族人民致以美好的新春祝福 祝各族人民幸福安康 祝伟大祖国繁荣昌盛

蔡奇陪同考察

(上接一版)
习近平指出，“十五五”时期是基本实现社会主义现代化夯实基础、全面发展的关键时期。北京要深入贯彻党的二十届四中全会精神，落实党中央确定的城市战略定位，精准务实推动经济社会发展，确保率先基本实现社会主义现代化取得决定性进展，努力在全国发挥示范作用。

习近平强调，北京要立足城市战略定位和京津冀协同发展，进一步树牢高质量发展导向，在有效增有减、有保有压中推动经济实现质的有效提升和量的合理增长。率任疏解北京非首都功能这个推动京津冀协

同发展的“牛鼻子”，坚持控增量和疏存量相结合、两手抓，实现疏解和提升有机统一、相互促进。抓住北京(京津冀)国际科技创新中心扩围的契机，加强与天津、河北的协同创新和产业协作，推动京津冀协同发展不断走深走实。统筹教育科技人才一体发展，强化科技创新和产业创新深度融合，大力发展新质生产力。积极发展现代服务业，用好丰富的文化资源，促进文旅商体展融合发展。坚持大城市带动大京郊、大京郊服务大城市，加强城乡一体规划，促进城乡联动发展、融合发展、协调发展。进一步全面深化改革，扩大制度型开放，努力为全国

提供可复制可推广的经验。
习近平指出，北京建设国际一流的和谐宜居之都，必须以首善标准推进城市治理。要加强城乡基层防灾减灾救灾和应急能力建设，不断提升城市公共安全水平。坚持人民城市理念，着力健全基本公共服务体系，用好“接诉即办”等机制，扎实解决人民群众急难愁盼问题。巩固大气、水、土壤环境治理成效，推进新污染物治理和生活垃圾分类处置，打造绿色低碳的宜居家园。坚持党建引领，强化科技赋能，让城市治理更加高效、精细。
习近平强调，必须以更高标准和更实举措推进全面从严治党，突出抓好党的政治建设，锻造过硬的政治能力。严把选人用人关口，选优配强各级领导班子。加强学习培训，全面提高干部队伍现代化建设本领。引导党员干部树立和践行正确政绩观，努力创造经得起实践、人民、历史检验的实绩。持续深化正风肃纪反腐，一体推进不敢腐、不能腐、不想腐，着力铲除腐败滋生的土壤和条件，努力营造风清气正的政治生态。

中央精神文明建设办公室 走访慰问全国道德模范

新华社北京2月10日电 马年新春佳节来临之际，中央精神文明建设办公室组织若干慰问组，分赴26个省(区、市)和新疆生产建设兵团，走访慰问47名全国道德模范或其遗孀，弘扬崇尚英雄、学习先进的社会风尚。

“人民楷模”、新疆克孜勒苏柯尔克孜自治州布茹玛汗·毛勒朵数十年巡边护边，四川遂宁市民冉叶兰用一条手臂换了一个生命，湖南涟源退休干部肖光盛募集善款资助上千名寒门学子完成学业，河北滦平周台子村党委书记范振喜一边对抗血癌一边带领群众推进乡村振兴，云南昆明残疾夫妇张顺东、李国秀相互扶持、自强不息……道德模范们助人为乐、见义勇为、诚实守信、敬业奉献、孝老爱亲，温暖了人心，感动了中国。他们是来自群众的平凡英雄、身边好人，受到全社会褒扬礼赞，但其中不少人还存在一些身体和家庭生活困难问题。

春节前夕，中央精神文明建设办公室慰问组奔赴各地城市乡村，登门看望慰问这些道德模范及其家属，送上暖乎乎的新春祝福，高度赞扬他们为社会道德建设作出的突出贡献，叮嘱他们好好保重身体、持续发光发热。道德模范们衷心感谢党和人民的关心厚爱，表示将珍惜荣誉、笃行不怠，继续传递正能量、引领好风气。

据悉，全国道德模范评选表彰活动已举办九届，中央精神文明建设办公室建立帮扶慰问机制，通过帮助解决生活困难、邀请出席重大活动等表达尊崇礼遇。各地因地制宜健全政策制度，开展资金支持、医疗康养等服务，树立“德者有得、好人好报”的鲜明价值导向。

“春节快乐！” 联合国秘书长向中国人民拜年

新华社联合国2月9日电(记者 潘云召 谢颖)联合国秘书长古特雷斯9日发表农历新年致辞，向中国人民拜年。

“春节快乐！”在中国常驻联合国代表团当晚举办的“启航新程”新春庆祝活动中，古特雷斯在视频致辞中用中文向中国人民致以新春问候，并感谢中国和中国人民对多边主义和全球团结事业的大力支持。

古特雷斯说，生肖马象征能量、成功和勇往直前，当今世界迫切需要这些品质来对冲突、不平等和气候危机等多重挑战，愿骏马精神给大家带来健康、幸福和繁荣。唯有齐心协力，才能建设一个更安全、更包容的未来。他呼吁继续努力，兑现人人享有和平、尊严和可持续发展的承诺。

联合国常务副秘书长阿明娜·穆罕默德在接受新华社记者采访时说，勇气、团结和毅力这三个词代表了中国新年的精神，联合国也要坚定信念，统一目标，并坚持不懈地实现目标。



“春城”赏花正当时 多彩“颜值”变产值

2月10日，市民、游客在昆明市呈贡区的七彩花海公园游玩。
临近春节，“春城”昆明处处花齐绽放。当地依托云南鲜花产业的资源优势，积极推动“鲜花经济”与生态旅游深度融合，在多个公园精心打造花卉景观，吸引大量游客，促进美丽经济发展。
新华社记者 彭奕凯 摄

全国铁路春运 发送旅客突破1亿人次

新华社北京2月10日电(记者 吴曦)记者从中国国家铁路集团有限公司获悉，2月10日(农历腊月廿三)是北方小年，全国铁路预计发送旅客1395万人次，计划加开旅客列车1363列。2月9日，全国铁路发送旅客1435.5万人次，自2月2日春运启动以来已累计发送旅客1.01亿人次，运输安全平稳有序。

截至2月10日8时，铁路12306(含网站、客户端等)已累计发售春运期间火车票超1.85亿张，10日开始发售2月24日(农历正月初八)车票。2月10日至15日，徐州、合肥、武汉、南昌、温州至上海，郑州、济南、沈阳至北京，西安至成都，南昌至深圳等区间余票充足；北京至长春，六安、安庆、西安至上海，上海至南昌，贵阳至广州、成都，西宁至西安，衡阳至深圳，合肥至杭州等区间尚有余票。

春运期间，各地铁路部门强化路地联动和安全保障，落实便民利民惠民举措，保障旅客平安有序温馨出行。国铁郑州局集团公司积极推动铁路与文旅融合，旅客凭开封北站、宋城路站等车站2日内到达车票，可享受清明上河园等景区购票优惠；国铁武汉局集团公司与武汉公交集团等市政部门强化联动和信息共享，保障旅客顺畅换乘；国铁济南局集团公司与国网淄博供电公司密切协作，对管内胶济客专、济青高铁开展涉铁供电线路专项巡检，确保出行用电安全可靠；国铁上海局集团公司苏州站进站口设置爱心急客通道，为老幼病残孕等重点旅客、距离开车时间不足15分钟的急客提供优先验证安检服务。

血流变检测：人体微循环的守护者

在人体这个精密而复杂的系统中，微循环扮演着至关重要的角色。它如同城市中的微细血管网络，为各个细胞和组织输送氧气与营养物质，同时排除代谢废物。而血流变检测，则是这一网络中的“智能监控员”，时刻监测着血液的流动状态，确保微循环的畅通无阻。

微循环：生命的微妙循环
微循环，这一微动脉与微静脉之间的微小血液循环系统，虽不显眼，却至关重要。它涵盖了微动脉、后微动脉及毛细血管等关键部分，是细胞获取生存所需氧气和营养的唯一途径，同时也是排出废物的通道。一旦微循环受阻，就如同河流堵塞，会导致局部组织缺氧、营养不良，进而引发一系列健康问题。例如，心脏微循环障碍可能诱发心绞痛甚至心肌梗死；脑部微循环不畅则可导致头晕、脑梗死；而眼部微循环问题更是视力下降乃至失明的潜在威胁。

血流变检测：解码血液的流动特性
血液在微循环中的流动状态受多种因素调控，而血流变检测正是解析

这些因素的关键工具。它通过测量血液的流动性、黏滞性、红细胞变形能力等核心指标，为我们揭示血液的“流动密码”。

1. 全血黏度：这一指标反映了血液的整体流动性，分为高、中、低切黏度。高切黏度与红细胞变形能力息息相关，而低切黏度则更多地受红细胞聚集性的影响。全血黏度升高，往往意味着血流减缓，微循环受阻的风险增加，常见于高血压等慢性病患者。

2. 血浆黏度：主要由血浆中的蛋白质、脂类等大分子物质决定。纤维蛋白原等物质的增多会提升血浆黏度，进而影响血液的流动性，增加微循环的阻力。

3. 红细胞压积：即红细胞在血液中所占的体积比例。红细胞压积过高，会导致血液黏稠度上升，常见于慢性缺氧性疾病患者。

4. 红细胞变形与聚集性：红细胞需通过微循环的狭窄通道，其变形能力至关重要。同时，红细胞聚集性的增强也会降低血液的流动性，妨碍微循环的正常血流。

血流变检测与疾病的预警

1. 心脑血管疾病：作为威胁人类健康的“头号杀手”，心脑血管疾病与血流异常密切相关。动脉粥样硬化时，血液黏稠度增加、血流减缓，为血小板沉积和血栓形成提供了条件。血流变检测若发现全血黏度、血浆黏度升高及红细胞聚集性增强等异常，可提前发出心脑血管疾病的风险预警。对于已患病的患者，定期检测还能有效监测疗效和病情变化。

2. 糖尿病：糖尿病患者常伴有微循环障碍，这与血糖升高引发的血液流变学改变密不可分。长期高血糖会损害红细胞膜的结构与功能，导致其变形能力下降、聚集性增强，从而使血浆中糖化血红蛋白等物质增多，进一步升高血浆黏度。血流变检测能及时发现这些异常，为糖尿病并发症的防治提供重要依据。

3. 高脂血症：高脂血症患者血液中脂质成分升高，导致血液黏稠度增加、流动性下降。血流变检测中，全血黏度、血浆黏度等指标通常显著异常。通过检测这些指标，可评估病情、指导治疗，降低血脂并改善血液流变学

指标，对预防心血管疾病具有重要意义。

血流变检测的流程与注意事项
进行血流变检测，通常需抽取一定量的静脉血，过程与常规血液检查相似。医护人员会在手臂肘部静脉进行穿刺，血样送至检验科后，利用专门仪器模拟血液在体内的流动状态，测量各项指标并生成详细报告。

检测前，患者需注意以下几点：
1. 空腹8-12小时采血，避免食物尤其是高脂饮食对结果的影响。
2. 前一天避免剧烈运动，以防血液成分暂时性改变。
3. 告知医生用药情况，因某些药物可能影响检测指标。
4. 女性应避开月经期，以防生理变化干扰结果。

改善血流变，守护微循环
血流变检测就像一位忠诚的健康卫士，通过对血液流动状态的细致剖析，为我们守护微循环的健康提供了有力的支持。了解血流变检测的相关知识，关注自己的血液流变学指标，采取有效的措施改善血液流动状态，我们就能让微循环这条“生命之网”保持畅通，为身体健康奠定坚实的基础。让我们从现在开始，重视血流变检测，让血液从“黏稠”回归“顺畅”，拥抱健康生活。
(上海中医药大学附属曙光医院 安徽医院检验中心 戴冰)

“护士，我家宝宝早了，看着这么小，出院后我们该怎么照顾啊？”在新生儿重症监护室门口，总能看到新手父母满脸焦虑地询问。作为新生儿科的护士，我特别理解这种心情——早产儿就像提前破壳的雏鸟，需要更精细地呵护。早产儿因胎龄小、体重低、脏器功能发育不完善，比足月儿更易发生感染、喂养不耐受以及贫血等问题，且胎龄越小、出生体重越低，风险越高。因此，对于需要特殊呵护的早产儿宝宝，家长需要学习并制定科学的居家护理计划，确保宝宝在NICU到家庭的护理能够平稳过渡。

什么是早产儿？出院条件有哪些？
医学上，胎龄未满37周降生的新生儿被定义为早产儿。这类宝宝因发育时间不足，无论是心肺、消化系统等器官的成熟度都远不及足月新生儿。对于需要住院治疗的早产儿，在病情稳定后，需达到以下标准才可考虑出院：1. 校正胎龄≥34周；2. 生命体征稳定，无呼吸暂停；3. 达到完全经口、肠道喂养且耐受性良好；4. 体重≥1800~2000g且稳定增长；5. 室温下能维持正常体温；6. 疾病已愈，好转或家庭护理可行且安全；7. 照护者有照护早产儿的能力且已做好准备。

早产儿居家环境要求
通常适合早产儿的室温是24℃~28℃，可以用空调将室温调节到最佳状态，使早产儿的腋下温度保持在36℃~37.5℃。每天上午和下午各测一次体温，若超过这个范围，需要采用相应的措施来调节。给宝宝穿衣需灵活调整，要结合具体环境温度变化增减衣物。使用空调期间，要注意调整空调风向，避免对流风直吹宝宝，并做到每日上午、下午各通风30分钟，以保持室内空气新鲜流通。另外，冬季使用空调时，房间内需要加湿。当室内没有空调时，可将宝宝放在妈妈身边，借助妈妈的体温为宝宝保暖，这种方式既温和又能让宝宝感受到安全感。如果使用热水袋时，水温不超过50℃，且需要用干毛巾包裹，避免低温烫伤。

噪音与光线均可能影响早产儿的发育。噪音会干扰大脑发育，甚至诱发呼吸暂停；而强光则可能增加视网膜病变风险，并影响其生长发育。因此，需减少光线对早产儿的刺激，如使用深色窗帘，避免灯光直接照到婴儿的眼睛等。护理早产儿期间应保

持环境安静，每日进行15分钟“袋鼠式护理”促进亲子联结。注意观察呼吸暂停、皮肤黄染等危险信号，定期返院进行眼底筛查、听力测试等专项检查。合理补充维生素AD和铁剂，6个月内避免接种活疫苗，矫正月龄12个月后才逐步过渡至常规育儿模式。

早产儿居家护理要点
母乳喂养。早产儿的喂养方式及奶品，可遵循医生出院医嘱。早产儿胃容量小，母乳瓶喂及配方奶喂养需间隔2~3小时，纯母乳亲喂按需喂养，一般每天至少喂养8~12次。吮吮力弱者可用母乳泵辅助器或小勺喂养，以每日增重15~30克为理想状态。每次喂奶后需拍嗝，排出胃内空气，右侧卧位防止呛奶。刚出院回家的一两天内，可先维持出院当天的奶量，直到适应室内环境后逐渐加量。为促进早产儿的理想生长，出院后仍需遵医嘱合理补充重要营养素，如维生素A、维生素D、钙、铁、锌等。

感染预防。接触宝宝前严格洗手，奶具每日煮沸消毒。家庭成成员呼吸道疾病时需戴口罩。脐部护理方面，如果脐带干燥无需消毒；如果脐带有渗血、渗液，先用3%双氧水清洁至没有泡沫，再用含碘消毒剂消毒脐窝。每日消毒2次至脐带脱落，脐窝无渗血渗液。如果婴儿脐部及周围皮肤出现红肿，应及时就医。

发育监测。校正月龄基础上定期评估大运动、精细动作、语言等发育指标。每日进行抚触和被动操，清醒时多俯卧锻炼抬头。定期眼科筛查有无视网膜病变，听力筛查未通过者需复查。

家庭支持。建立规律作息，记录喂养和排便情况，使用矫正月龄至2岁。父母需学习婴幼儿心肺复苏技能，备好急救电话。定期随访新生儿科和儿童保健科。

早产儿家庭护理期间应保持环境清洁安静，避免强光刺激，衣物选择纯棉材质并单独清洗。注意观察呼吸频率、肤色变化及异常哭声，记录每日体重、喂养量和大小便次数。按时接种疫苗，纠正月龄满4周后开始常规免疫。出院后1周内首次随访，之后根据医生建议定期复查眼底、听力、脑发育等项目，发现喂养困难、呼吸暂停、体温异常等情况需立即就医。
(安徽医科大学第一附属医院新生儿科 张莉莉)

浅谈体检中的肿瘤标志物

作为一名肿瘤科医生，在临床工作中经常遇到患者前来门诊咨询：体检中发现肿瘤标志物升高有什么问题？不仅在体检中，生活中也常有亲友询问肿瘤标志物相关的问题。可见，肿瘤标志物已成为大众健康筛查中一个备受关注，也容易引发焦虑的指标。本文将结合临床经验与专业知识，对肿瘤标志物的常见问题进行解读，希望能帮助大家更理性地看待这项指标，减轻不必要的恐慌，同时也更科学地关注自身健康。

体检中常见的肿瘤标志物套餐，有女性5项、男性5项，还有更全面的12项等。其中包含大甲癌能敏感的甲胎蛋白(AFP)、癌胚抗原(CEA)、鳞状细胞癌相关抗原、糖类抗原125(CA125)、糖类抗原199(CA19-9)、糖类抗原724(CA724)、前列腺特异性抗原(PSA)等项目。这些指标中，甲胎蛋白(AFP)、前列腺特异性抗原(PSA)等的临床特异性相对较高。而糖类抗原724(CA724)和铁蛋白是被问及频率较高的两项，其实，这两项指标即便出现升高，只要幅度不大，且无其他临床症状，通常无需过度恐慌。

几种临床意义较明确的肿瘤标志物：1.甲胎蛋白(AFP)：如肝癌、生殖细胞肿瘤关系密切。如果数值持续高于400ng/mL，是提示肝癌的重要信号。急性慢性肝炎、肝硬化患者，AFP也常会出现温和升高的情况；2.癌胚抗原(CEA)：这是个“广谱”指标，在结肠癌、胃癌、肺癌、乳腺癌等多种肿瘤中都可能升高，但特异性并不高。吸

烟、肠炎、胰腺炎等良性情况，也可能让它“虚高”。临床上，我们更看重它的动态变化，这比单次数值的意义要大得多；3.前列腺特异性抗原(PSA)：是前列腺健康的指标，它的敏感度极高。一次前列腺腺炎发作、长时间骑自行车、甚至一次直肠指检，都可能让它的数值暂时升高。因此，医生不会只看总PSA数值，还会结合游离PSA的比例、患者年龄、指标上升速度来综合判断；4.糖类抗原125(CA125)：对女性，尤其是卵巢癌患者至关重要，是监测病情的重要指标。但它的假阳性率很高，子宫内膜异位症(巧囊)、盆腔炎、腹水，甚至正常的月经周期，都可能让它显著升高。盆腔结核的患者CA125指标也明显升高。因此，CA125升高时，需要配合完善妇科B超等检查；5.糖类抗原199(CA19-9)：它和胰腺、胆道系统疾病关系最密切。一旦出现显著升高，需格外警惕胰腺癌的可能。胆管结石引发的急性胆管炎、梗阻性黄疸等良性病变，也可能使它的数值大幅上升。这时，增强CT或磁共振等影像学检查也是协助诊断的工具。

发现肿瘤标志物升高后，该怎么做？
第一步：稳住情绪，不必过度恐

慌。曾接诊过一位患者，仅仅因为在体检中发现肿瘤标志物升高，拿到报告后便开始焦虑，随后腹痛并持续好几天。有时正是我们内心的恐慌，引发了相应的身体症状，而非肿瘤标志物升高本身直接导致。

第二步：带齐报告，找专业医生咨询。拿着完整的体检报告，前往肿瘤科或相关专科门诊，让医生结合你的具体情况分析。咨询时，要主动告知医生这些关键信息：近期有没有消瘦、恶心、腹胀、腹痛、便血、黑便等消化系统症状；有没有咳嗽、胸痛、咯血等呼吸系统表现；女性朋友要说明是否有阴道接触性出血、不规则流血等情况；还需告知医生是否有乙肝病史、长期大量饮酒史等。另外，饮食、过度劳累、身体感染，以及女性的月经周期，都可能影响肿瘤标志物的数值，这些细节也可以告诉医生。

第三步：遵医嘱完成相关检查，以明确肿瘤标志物升高的具体原因。如果标志物水平显著升高，医生通常会结合升高的具体指标、个人病史及家族史，安排有针对性的检查来辅助诊断。如胃镜、肠镜、彩超、增强CT等，并结合临床症状进一步明确病因。

临床数据显示：在门诊咨询肿瘤标志物升高的患者中，最终确诊为恶性肿瘤的比例其实不到1%。绝大多数人的指标升高，都和良性病变或生理状态相关，甚至临床中遇到很多患者在月经期、喝完中药(特别是灵芝孢子粉)等，有肿瘤标志物升高的表现，但这完全不能代表身体健康出了状况。当然，肿瘤标志物的价值更体现在动态监测上。即不幸确诊肿瘤，定期随访肿瘤标志物的动态变化，也能判断肿瘤进展或缓解提供参考。但要注意，它只是一个辅助参考指标，不能直接等同于疾病的转归，需要长期多次复查、结合其他检查结果才能下结论。总而言之，发现肿瘤标志物升高，不必过度恐慌，交给专业医生、科学应对。
(金寨县人民医院肿瘤科 胡晓娟)



遗失
遗失六州首府小区业主委员会印章，编号：3415020105204；六州首府小区业主委员会主任程明煌印章，编号为：3415020105203，声明作废。
遗失魏明耀出生医学证明，编号：P340541780，声明作废。