

563万名护士！

“白衣天使”更有力托起百姓健康

新华社记者 董瑞丰 李恒

常言道：三分治疗，七分护理。护士是距离患者最近、接触患者时间最长的专业人员，守护着百姓健康。

“5·12”国际护士节来临之际，国家卫生健康委公布最新数据：截至2023年底，全国注册护士总量达到563万人，每千人口注册护士数达到4人，具有大专以上学历的护士超过80%，我国护士队伍建设取得明显成效。

这支队伍更壮大了。近10年来，我国注册护士人数保持年均8%左右的增长，每年约有三四十万新人加入，共同在推进健康中国建设、应对重大突发事件中发挥独特作用。

整体素质更强了。护理学升格为一级学科，护士学历一路“走高”。职高、中专成了“过去时”，大专和本科已是寻常，硕士甚至博士也不罕见，高学历护士和专科护士逐渐成为趋势。

专业技能更精了。各地结合实际，积极开展老年、儿科、重症监护、传染病、精神病等紧缺护理专业护士培训工作。“白衣天使”不只是“发发药、打打针”，还要有娴熟的临床技能，具备沟通交流、健康指导、心理护理、人文关怀等“多面手”能力。

北京协和医院有一个例子：护士们为肠镜检查患者准备了详实的术前饮食和用药指导图片，并在术前三天短信提醒每天注意事项。这些努力，不仅提高了检查效率，也让患者感受到更多便利和温暖。

瞄准群众关切事，护理工作向着更加贴近患者、贴近临床的方向迈进——

“互联网+护理服务”让护士上门，将专业的护理服务从机构延伸至社区和居家。目前共计3000余个医疗机构提供7类60余项群众常用急需的基础护理、康复护理、心理护理等服务项目。

不断深化“以病人为中心”的理念，为患者提供更有温度的护理服务；发挥大型医院优质护理资源下沉和带动作用，提升基层护理的服务能力……

随着社会经济发展和健康理念转变，护理工作也面临新的形势。

人口老龄化程度加深，老年护理以及老年有关慢性疾病护理的需求日益旺盛。人们期盼更高质量、多样态的护理服务，呼唤“白衣天使”全方位对接群众不断增长的健康服务需求。

针对百姓的急难愁盼，护理服务正进一步加大供给。

国家卫生健康委医政司副司长邢若齐说，相关部门将采取有力措施，充分发挥政策支持激励引导作用，进一步改善和优化护理服务，提升患者满意度和获得感。

“白衣天使”护佑生命，离不开全社会的关心、尊重和理解。

落实好各种惠护政策，不断完善薪酬待遇制度，不断改善工作环境、值班休息和后勤保障条件，让护理岗位的吸引力进一步增强，也让更多护士在解决后顾之忧的同时，努力练就硬本领和好作风。

如此，新时代的“白衣天使”将更有力地托起亿万人健康。

新华社北京5月12日电



长江上游首条江海直达航线首航测试完成

5月11日，万吨级江海直达船“创新5”轮抵达重庆江津珞璜港（无人机照片）。

5月12日，舟山至重庆江海直达航线首航测试到港接航仪式在重庆市江津区珞璜港举行。万吨级江海直达船“创新5”轮4月24日自浙江舟山港启程，5月11日下午抵达重庆江津珞璜港，这也是万吨级江海直达船首次抵达长江上游地区。“舟山—重庆”江海直达航线是长江上游首条江海直达航线。

新华社记者 王全超 摄

极端天气频发

如何更好应对气象灾害风险

新华社记者 黄焱

今年5月12日是第十六个全国防灾减灾日。当前，极端天气气候事件频发，给人民生活生产造成影响。我们应如何更好应对气象灾害风险？

今年以来，全球极端自然灾害频发，气象灾害尤其严重。我国极端干旱、低温和暴雨灾害接连发生——西南地区遭受冬春连旱，2月份低温雨雪冰冻事件持续时间长、雨雪范围广、降水相态复杂、冻雨范围大，4月以来多次暴雨过程侵袭南方……

“极端天气气候事件的确有常态化的趋势。”国家气候中心主任巢清尘说，全球气候变暖增加了极端气象灾害发生的频率，气象灾害呈现出长期性、突发性、巨灾性和复杂性的新特征。

我国所处的位置和环境决定了气象灾害具有频发性、分布广、灾种多、灾损大等特征，特别是季风气候和大陆大洋的地理本底决定了我国是气象灾害严重的国家。

当下，应对气候变化和防灾减灾是全球面临的共同课题，新的灾害风险形势对防灾减灾救灾提出了更高要求。

在巢清尘看来，关键是要建立以灾前预警为基础的气象灾害风险管理业务体系。首先要摸清自然灾害风险底

数，识别自然灾害风险区域，准确评价全国和各区城灾害综合风险水平。气象防灾减灾救灾要面向高暴露度的城市（城镇）和高脆弱性的农村，实现从灾害性天气预警向气象灾害风险预估转变。

“2016年国家气候中心成立了气象灾害风险管理室，致力于提升气象灾害防范能力。经过多年建设和发展，气象灾害风险管理业务逐渐向客观化、定量化、精细化方向发展。”巢清尘介绍，目前我国已经建成气象灾害风险管理业务技术体系，研发了包括台风、暴雨、干旱、高温、低温等重大灾害的实时监测识别和精细化风险评估技术，形成了面向灾害全过程（灾前、灾中和灾后）实时滚动的灾害风险预估业务。

面对极端灾害不断刷新极值、灾害影响区域边界扩大、多灾种叠加、极端天气气候事件预报预测难度不断加大等挑战，巢清尘建议从提高气象防灾减灾能力、加强致灾机理研究、提升气象服务精细化水平三方面发力，筑牢气象防灾减灾第一道防线。

“要加强气象灾害监测预警，提升气象灾害风险预估精准度。”巢清尘说，应加强对极端事件的跟踪分析，进一步开展归因与致灾机理研究；强化生产发展气象服务、民生气象服务；加强科普宣传，提升全民气象科学素养。

新华社北京5月12日电

国家防总检查淮河流域防汛抗旱工作

新华社北京5月12日电（记者 周圆 王聿昊）记者12日从应急管理部获悉，国家防总检查组日前检查淮河流域防汛抗旱工作，实地查看了安徽、江苏两省淮河流域灾害监测预警、防洪排涝工程安全度汛等工作，并同步派出专家开展暗访，详细检查了责任落实、隐患排查整改、基层临灾预警“叫应”等情况。

检查组指出，淮河流域气候多变、地形特殊、水系复杂，洪涝、干旱灾害风险均较为突出。据预测，今年汛期全国气候状况总体偏差，极端天气事件偏多，淮河流域降水较常年同期明显偏多，可能

出现较重汛情，江苏、安徽两省防汛抗旱形势严峻复杂。

检查组要求，各级防指要立足防大汛、抗大旱、防强台风，全力做好防汛抗旱各项工作。要全面落实地方党委政府防汛救灾主体责任，把责任层层压实到最前线；全面排查重点区域和部位防洪风险隐患，强化城市暴雨区、山洪灾害易发区的精细化气象预报；进一步强化预警与应急响应联动，突出抓好城市外洪内涝防范、蓄滞洪区运用准备等工作；加强干旱风险研判和抗旱工作部署，坚持防汛抗旱两手抓，严防旱涝急转。

郭玉祥同志逝世

蚌埠七中原校长，蚌埠铁中原督学郭玉祥同志（副县级），因突发心梗，医治无效，于2024年5月11日上午9时在蚌埠逝世，享年74岁。

郭玉祥同志的遗体定于2024年5月13日上午在蚌埠市殡仪馆火化。

蚌埠铁路中学

董秀奎同志逝世

中国共产党党员，原蚌埠柴油机厂离休干部董秀奎同志，于2024年5月10日18时逝世，享年94岁。

董秀奎同志，山东省莒县人，1930年4月出生，1946年8月参加革命工作，1946年11月加入中国共产党。历任四师九旅新兵团通讯员，航空兵十一师机务

主任，六安轴承厂副厂长、副书记，蚌埠柴油机厂助理工程师、副厂长。1991年10月离休，副县级待遇。

董秀奎同志遗体已于2024年5月12日上午8时在蚌埠市殡仪馆火化。

蚌埠市改制和破产企业离休干部管理服务中心

关于核对退付部分历史沉淀资金的通知

各相关单位：

根据工作安排，我中心再次对历史沉淀资金进行梳理，现将相关事宜通知如下：

一、本次涉及的资金，因没有交易附言等原因无法确定资金性质，需要相关单位及时与我中心联系核对。

二、退还方式

下载填写《退付申请表》，经核对

不存在不予退还情形，符合退还条件的，办理退还手续。

三、其他说明事项

经三次公告仍未核对办理退付手续的资金，将上缴市财政。

联系人：姜会计 联系方式：0552-2067193。

特此通知。

蚌埠市公共资源交易中心
2024年5月13日

健康生活，不做有“痔”之士

高楠楠 联勤保障部队第902医院

中国老百姓中流传着这么一句话“十人九痔”，这正反映出普通大众对于痔疮的认知。痔疮作为一种常见病、多发病，广泛地存在于我们生活中。

痔疮，俗称为痔，是由于肛管或直肠下端静脉丛充血或瘀血并肿大导致的常见肛肠疾病。医学上，痔疮可以分为内痔、外痔、混合痔。早期痔疮可能无症状，根据痔疮的种类和严重程度，会出现不同的症状，包括出血、肛周瘙痒、疼痛和脱垂。此外，根据痔疮的临床症状，可分为多个等级。并发病常常包括肛周皮肤刺激、瘙痒、不适感、肛周胀满下坠感和轻度大便失禁。多数患者是因痔疮直肠出血、痔核脱垂而选择就医。

痔疮是由于什么原因导致的呢？

痔疮看似一个简单而普遍的疾病，病因却一直没能完全明确，目前医学界最常认同的是肛垫下移学说和静脉曲张学说。

1.肛垫下移学说指出，肛管内有一个由丰富静脉血管网、平滑肌和结缔组织组成的环形血管垫，起着闭合肛管、控制排便的作用。当肛垫的弹性回缩作用减弱后，则发生充血、下移，久而久之形成了痔。

2.静脉曲张学说指出，肛管处有着

丰富的静脉丛，这些静脉丛很容易充血、瘀血，时间一长就形成了静脉曲张。如果再患有长期坐立、便秘、怀孕、盆腔肿瘤这些因素刺激，痔疮就更容易发生了。

痔疮具体都有哪些表现呢？

大约40%的早期痔疮患者，可以没有任何症状，后期会因不同部位、不同时期而出现不同的症状。

内痔：主要表现为出血和痔核脱出，间断性便后出血较为常见，一般无疼痛感，出血为鲜红色，相当一部分患者会因为长期慢性失血而出现贫血的相关症状。

外痔：主要表现为肛门不适，持续潮湿不清洁，有时瘙痒、痔核外露。如果伴有炎症，肛周疼痛明显，血液淤积在皮下，则被称为“血栓痔”，此类痔极易出血，且常常疼痛较为剧烈。

何时选择就医呢？

如果以前没有诊断过痔疮，在出现以下情况时建议就医

1.肛周疼痛

2.排便后出血

3.肛门区有肿块会隆起

4.以前诊断过痔疮，在家保守治疗效果不明显或者症状加重时

5.40岁以上的人群，如伴有习惯性

状改变，建议及时就医

6.如果出现直肠大量出血、头晕、乏力、面色苍白等症状，需立即就诊或拨打120。

相关检查

有了痔疮，不必过于焦虑和恐慌，听从医生建议与指导，选择直肠指诊或者肠镜、肛门镜检查，此类检查过度紧张的患者可选择静脉全麻无痛操作，即可确诊与排除相关疾病。

治疗原则

没有症状的痔疮，主要以生活习惯的改善为主，不需要介入药物或手术治疗，有症状的根据严重程度等综合分析，选择合适的药物或者手术治疗，如：痔切除术、吻合器痔上黏膜环切术。

中医对于痔疮有着一套完整而有效的治疗体系，痔疮属于中医“痔”的范畴，主要通过内服中药和外治法两大类进行治疗。

1.内服中药：可在医生辨证指导下选择具有清热凉血、祛风活血、消肿止痛功效的中药。

2.外治法：选择具有活血止痛、收敛功效的中药煎汤后，熏洗坐浴。

3.针灸关元、承山等穴位，也可以起到一定的辅助治疗作用。

生活·资讯

遗失声明登报

网上办理证件遗失声明，公告发布，分类广告，请扫二维码，方便、快捷。

QQ群

招聘求职/房源租赁/生活服务

刊登电话：4010358 QQ：934437821

装饰设计

招聘信息

找工作 招职工

装修热线

TEL:2861072 13855264565

开锁服务

专业搬家

★鸿福搬家 4191123

★吉发搬家 18955201336

2077110

19955252528

3162068

3162068

蚌埠市发改委部分农副产品价格监测信息

名 称	单 价	名 称	单 价	名 称	单 价
梗 米	¥ 2.43	山 药	¥ 5.25	香 菜	¥ 13.73
面粉1	¥ 2.25	生 姜	¥ 9.05	青 菜	¥ 2.13
大豆油	¥ 71.34	莲 藕	¥ 3.96	茼 蒿	¥ 3.06
食用调和油	¥ 73.96	洋 葱	¥ 2.46	菠 菜	¥ 3.95
猪后座肉	¥ 12.37	胡 萝 卜	¥ 2.19	韭 菜	¥ 2.65
鲜牛肉	¥ 34.36	蒜 头	¥ 7.59	长茄子	¥ 2.62
鲜羊肉	¥ 37.13	土 豆	¥ 2.85	青 椒	¥ 2.72
鸡 蛋	¥ 4.36	大 葱	¥ 1.77	西红柿	¥ 3.87
小仔鸡	¥ 13.25	芹 菜	¥ 3.19	黄 瓜	¥ 2.09
鲫 鱼	¥ 9.63	黄豆芽	¥ 2.14	冬 瓜	¥ 1.67
四季豆	¥ 6.58	莴 笋	¥ 2.72	西蓝花	¥ 5.80
毛 豆	¥ 5.33	蒜 苗	¥ 3.26	大白菜	¥ 1.78

以上为2024年5月12日部分农副产品市场均价，供参考。单位：元/500克 油：元/5升