

新华社记者 张代蕾 赵馥 张远

立己达人益天下

——高质量共建“一带一路”推动全球共同发展

亲眼见证钱凯港开港,秘鲁工程师马尔·阿拉约在现场欢呼中感受着“火热的喜悦”;回首中老铁路开通三年的历程,老挝国会副主席宋玛·奔舍那为老挝人民梦想成真而激动万分……

“共建‘一带一路’源自中国,成果和机遇属于世界。”2023年金秋,习近平主席在第三届“一带一路”国际合作高峰论坛上的真挚话语,展现一个东方大国立己达人、胸怀天下的格局和担当。

共建“一带一路”已经进入高质量发展新阶段。中国持续以互联互通推动发展,以互利互惠谋求共赢,着力培育新质生产力、开拓新的增长点,同广大发展中国家携手同行,建设开放包容、互联互通、共同发展的世界,为助力世界现代化建设注入信心和动力,取得丰硕的新成果,凝聚起更广泛共识。

增益天下,改善民生福祉

11月14日,夜幕中的钱凯港灯火通明,吊桥将一个集装箱从“秘鲁轮”卸下,将另一个集装箱装上“新上海轮”。这个中秘共建“一带一路”重点项目正式投入运营,一条新时代亚拉海新通道由此诞生。

担任钱凯港项目秘书长总工程师的阿拉约当时就在港口,通过直播屏幕见证习近平主席和秘鲁总统博鲁阿尔特共同宣布开港。回忆起那一刻,阿拉约依然心潮澎湃:“这条新通道上流转的货物与技术将影响历史进程。”

2023年10月,在第三届“一带一路”国际合作高峰论坛上,习近平主席宣布中国支持高质量共建“一带一路”的八项行动。一年多来,八项行动稳步推进,成果斐然。从铁路到港口,从电力到通信,一项项新成果、新进展点亮全球共同发展之路,为“一带一路”国际合作第二个十年建设奠定良好开局。

第10列中欧班列——X8083次中欧班列(重庆—杜伊斯堡)11月15日从重庆团结村中心站开出,驶往德国杜伊斯堡。十年前,习近平主席对德国进行国事访问期间参观杜伊斯堡港,见证了一列从中国重庆始发的班列满载货物抵达。如今,新时代的“钢铁驼队”已跑出全



2024年11月15日,第10列中欧班列—X8083次中欧班列(重庆—杜伊斯堡)在重庆团结村站准备发车(无人机照片)。新华社记者 唐奕 摄

新纪录——中欧班列累计开行10万余列,发送货物超1100万标箱,货值超4200亿美元。重庆团结村中心站已从昔日的铁路小站发展成为国际化铁路大站,杜伊斯堡吸引了大量物流仓储企业入驻,从一度资源枯竭的小城蜕变成重要物流枢纽。

今年12月3日,中老共建“一带一路”合作的旗舰项目——中老铁路将迎来运营三周年。老挝国会副主席宋玛·奔舍那对三年前铁路通车仪式记忆犹新,至今牢记习近平总书记的视频连线中的一句话:“铁路一通,昆明到万象从此山不再高,路不再长。”宋玛·奔舍那说,这条现代化铁路为老挝人民的减贫事业注入动力,为老挝带来投资和发展的机遇。

从哈萨克斯坦“光明之路”新经济政策到蒙古国“草原之路”发展战略,从越南“两廊一圈”框架到沙特“2030愿景”,从欧亚经济联盟建设到非盟《2063年议程》……多个国家和区域发展战略与共建“一带一路”倡议深度对接,一批重大标志性项目建设落成,汇集起各国共同发展的最大公约数。

“共商共建共享,共创美好未来。”位于马来西亚彭亨州关丹附近,山坡上由中文和马来文写就的两行大字格外醒目。作为共建“一带一路”倡议同马来西亚“昌明经济”框架深入对接的重点项目,东海岸铁路项目承载着连接马来西亚东西海岸、助力当地经济发展跑出加速度的梦想。

中国印尼两国元首亲自关心和推动和见证启用的雅万高铁,是共建“一带一路”倡议和印度尼西亚“全球海洋支点”构想对接的标志性项目。一年多来,两国团队在高铁运营管理、人才培养、技术转让等方面全方位合作。印尼青年阿里斯塔已能在中国教练指导下驾驶高铁列车,这让他倍感自豪。

“这种合作彰显平等互利的伙伴关系。”印尼-中国伙伴关系研究中心主任韦罗妮卡·萨拉斯瓦蒂说,秉持共商共建共享原则,共建“一带一路”合作支持所有国家平等参与决策,也推动了国际关系民主化。肯尼亚国际问题专家莱米·尼翁盖萨·穆拉库说,共建“一带一路”与肯尼亚“2030年远景规划”对接,已高效实施一大批项目,赢得肯尼亚及周边国家的高度认可。“中国秉持不干涉内政和无附加条件的发展合作模式,更符合非洲国家发展需求,受到广泛欢迎。”

交得其道,千里同好。当志合者彼此非常重要。超声检查是目前最常用的筛查手段,而对无法进行超声检查的患者,还可以采用D-二聚体检测等辅助检查来评估血栓的可能性。

3.治疗方案:常用治疗包括抗凝药物,这些药物能有效防止血栓扩展或新发血栓形成。对于严重病例,可采用溶栓或手术治疗。治疗的关键是尽早干预,防止并发症。

3.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

2.早期诊断:随着影像学技术的进步,深静脉血栓的早期诊断变得更加精准。常见的检查方法包括彩色多普勒超声,它可以清晰地显示血管的血流情况,帮助医生判断血栓的存在。对于怀疑深静脉血栓的患者,尤其是高危人群,定期筛查

1.预防措施:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

尊重,坚持共商共建共享,共建“一带一路”的征程上必然应者云集,将这条繁荣幸福之路铺得更宽更远。

面向未来,赋能全球南方现代化

在11月18日举行的二十国集团领导人第十九次峰会第一阶段会议上,习近平主席将“携手高质量共建‘一带一路’”列为中国支持全球发展的八项行动之首。

为世界经济注入新动能,为全球发展开辟新空间,为国际经济合作打造新平台,这是中国的一贯主张,也是共建“一带一路”倡议的初心。

“以钉钉子精神抓下去,一步一步把‘一带一路’建设推向前进”“努力实现更高合作水平、更高投入效益、更高供给质量、更高发展韧性”……习近平主席多次在“一带一路”建设的座谈会上谈思路、讲路径,为“一带一路”国际合作指引方向。

面向未来,共建“一带一路”将锚定创新发展,以绿色丝绸之路引领,为数字丝绸之路赋能,助力全球南方国家实现高质量发展。

中国已与30多个国家发起“一带一路”绿色合作伙伴关系倡议,积极帮助各国加强绿色人才培养;实施“绿色丝路使者计划”,为100多个共建国家培训数千人次;“丝路电商”蓬勃发展,成为中国与共建国家双边经贸合作新渠道,众多特色商品搭上中国快车,进入全球大市场。

斯里兰卡“一带一路”组织创始董事、国际问题专家亚西鲁·纳拉贾说,共建“一带一路”倡议重视绿色发展,更重视可持续发展,彰显中国对环保型增长的承诺,而这正是全球南方国家实现可持续发展的一个重要方面。

面向未来,共建“一带一路”将持续完善机制建设,推动“软联通”走深走实,搭建更多“心联通”之桥。

从中亚到非洲,越来越多“鲁班工坊”落地生根,中国职业教育的先进理念惠及越来越多国家;从太平洋岛国到非洲,菌草技术培训项目让来自中国的“幸福草”造福世界,助力共建国家摆脱贫困,迈向可持续发展……一个个“小而美”项目,铺就共同发展的阳光之路,搭建起民心相通的桥梁。

从能源、税收、减灾、反腐败到智库和媒体合作,中方与共建伙伴不断推进多领域多边合作平台建设;“良渚论坛”已成功举办两届,“亚洲文化遗产保护行动”进入新发展阶段;丝绸之路旅游城市联盟、丝绸之路国际剧院联盟等不断成长壮大……密织文明对话合作网络,开辟文明交往新路径,中国与共建国家人文交流日益深入,持续推动多元文明共同繁荣和合共生。

《哈萨克斯坦实业报》总编辑谢里克·科尔姆巴耶夫说,在共建“一带一路”框架下,中方加强与共建国家人文交流,积极促进民心相亲。

在巴西圣保罗州立大学孔子学院巴方院长路易斯·安东尼奥·保利诺看来,共建“一带一路”合作始终聚焦全球南方国家发展,如同连接各国的纽带,致力于推动全球南方现代化进程。

“中国始终是‘全球南方’的一员,是发展中国家可靠的长期合作伙伴,也是支持全球发展事业的行动派和实干家。”这是中国的宣示,也是中国的行动。

中国将与各国一道,推动共建“一带一路”实现更高质量、更高水平的发展,向着建设和平发展、互利合作、共同繁荣的世界现代化目标前进,为构建人类命运共同体作出新的更大贡献。

新华社北京12月2日电

为什么深静脉血栓被称为“沉默的杀手”?

□周丽娟 合肥市第一人民医院南区急诊创伤骨科

深静脉血栓(DVT, Deep Vein Thrombosis)是指发生在深层静脉中的血栓形成,最常见于下肢。近年来,随着医学的发展和人们健康意识的提高,深静脉血栓的概念已逐渐为大众所知。然而,尽管这一疾病的危害性巨大,却往往因缺乏明显症状和易被忽视的特性而被称为“沉默的杀手”。那么,究竟为何深静脉血栓能够赢得这个危险的称号呢?

一、深静脉血栓的病理机制与发病特点

深静脉血栓的形成与“Virchow三联征”密切相关,即血液流动变化、血管壁损伤和血液高凝状态。这三大因素共同作用,促使血栓形成,并可能引发肺栓塞等严重后果。

1.血液流动的变化:长时间静止不动(如卧床、久坐或长途旅行)会导致静脉血流减慢,使血小板与凝血因子在静脉内积聚,最终形成血栓。这是为何久坐、长期卧床的患者是高风险人群。

2.血管壁损伤:外伤、手术或炎症反应可导致静脉内膜损伤,触发凝血机制,促进血栓形成。外科手术患者因静脉直接损伤或术后血流缓慢,血栓风险尤为突出。

3.血液高凝状态:某些疾病(如癌症)或因素(如妊娠、服用口服避孕药)会增加血液凝固的倾向,使血栓风险明显提高。遗传性凝血障碍如抗凝血酶缺乏也属于高危因素。

二、深静脉血栓的隐匿性与致命性

深静脉血栓危险的根源在于其症状隐匿性和潜在的致命性,尤其是肺栓塞的发生。

1.隐匿性症状:深静脉血栓最常发生在下肢的深静脉,尤其是小腿和大腿的静脉。许多患者初期并没有明显的症状,或者症状非常轻微,如轻微的肿胀、局部的疼痛或不适,甚至会被误认为是长时间劳累或站立后的正常反应。即便是存在一些症状,患者往往容易忽视,或者把症状与其他疾病(如肌肉拉伤或关节炎)混淆。因此,早期的深静脉血栓常常没有得到及时的诊断。

2.血栓脱落导致的致命性:如果深静脉血栓不及时治疗,它有可能从血管壁上脱落,随血液流动进入肺动脉,导致肺栓塞(PE)。肺栓塞是一种严重的并发症,严重时会导致心肺骤停甚至死亡。由于肺栓塞的症状通常与心脏病、呼吸系统疾病等相似,且没有特别的早期标志,使得这种病症更加致命。肺栓塞的发生,往往突如其来,患者可能因呼吸急促、胸痛或晕厥等症状突然恶化,甚至在没有任何警告的情况下发生猝死。

3.长期后遗症:除了急性并发症,深静脉血栓还可导致长期的后遗症。血栓未完全溶解或反复形成血栓,可能会导致深静脉功能不全,这通常表现为下肢的持续性水肿、疼痛、皮肤变色等,严重影响患者的生活质量。此外,由于静脉回流障碍,患者还可能出现慢性溃疡,甚至严重时导致下肢的永久性残疾。

三、深静脉血栓的预防与早期诊断

1.预防措施:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

2.早期诊断:随着影像学技术的进步,深静脉血栓的早期诊断变得更加精准。常见的检查方法包括彩色多普勒超声,它可以清晰地显示血管的血流情况,帮助医生判断血栓的存在。对于怀疑深静脉血栓的患者,尤其是高危人群,定期筛查

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。

1.预防方案:保持良好生活习惯是预防关键。避免久坐,进行适度运动,促进下肢血液循环。对于卧床患者,可使用弹力袜或间歇性气压装置,并遵医嘱使用抗凝药物。长期服用口服避孕药或患有高风险疾病的患者,应定期进行筛查。



健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

健康园地

致歉声明

我公司(怀远县中润汽贸有限公司)2024年4月4日凌晨在蚌埠市龙子湖区李楼乡平山公墓南侧塘口,公司车辆皖C84525和皖CK088挂盗窃山皮石,破坏生态环境,损害社会公共利益。现我公司已接受相关处罚,在政府机关的教育下,我公司深刻认识到公司的行为给国家和社会造成了严重的不良影响,在此我公司向社会公开道歉,希望大家以此为戒,保护自然资源。

致歉人:怀远县中润汽贸有限公司

2024年12月2日

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
粳米	¥2.32	山药	¥3.80	香菜	¥3.76
面粉1	¥2.06	生姜	¥8.04	青菜	¥2.00
大豆油	¥68.18	莲藕	¥3.99	茼蒿	¥3.19
食用调和油	¥73.62	洋葱	¥2.45	菠菜	¥2.46
猪后座肉	¥14.04	胡萝卜	¥1.97	韭菜	¥3.44
鲜牛肉	¥29.93	蒜头	¥7.47	长茄子	¥2.36
鲜羊肉	¥33.00	土豆	¥1.85	青椒	¥3.41
鸡蛋	¥5.26	大葱	¥3.17	西红柿	¥4.15
小仔鸡	¥14.05	芹菜	¥2.22	黄瓜	¥3.39
鲫鱼	¥10.96	黄豆芽	¥1.85	冬瓜	¥1.74
四季豆	¥7.84	莴笋	¥2.43	西蓝花	¥4.16
毛豆	¥4.49	蒜苗	¥4.28	大白菜	¥0.74

以上为2024年12月2日部分农副产品市场均价,供参考。单位:元/500克 油:元/5升

生活·资讯

招聘求职/房源租赁/生活服务

刊登电话: 4010358 QQ: 934437821

装饰·设计

装修热线: TEL:2861072 13855264565

开锁服务

★开锁换锁 2077110

找工作 招职工

请扫码登录 蚌埠“三公里”就业圈。

专业搬家

★鸿福搬家 4191123

★吉发搬家 18955201336