

## 学习贯彻党的二十届三中全会精神

## 更加注重改革实效，以钉钉子精神抓好改革落实

## ——论学习贯彻党的二十届三中全会精神

人民日报评论员

“更加注重改革实效”“以钉钉子精神抓好改革落实”，党的二十届三中全会审议通过了《中共中央关于进一步全面深化改革、推进中国式现代化的决定》，科学谋划了围绕中国式现代化进一步全面深化改革的总体部署，强调“全党上下要齐心协力抓好《决定》贯彻落实，把进一步全面深化改革的战略部署转化为推进中国式现代化的强大力量”。

“既当改革促进派、又当改革实干家”，新时代全面深化改革之所以取得历史性伟大成就，关键在于以钉钉子精神抓部署、抓落实、抓督查。从中央层面总体设计、统筹协调、整体推进、督促落实，到各地区各部门明确任务、落实责任、倒排工期、压茬推进，再到有关部门深入督察，真刀真枪促进改革落地……全党上下把抓落实作为推进改革工作的重点，坚持一分部署、九分落实，抓铁有痕、踏石留印，确保改革稳步有序推进，许

多领域实现历史性变革、系统性重塑、整体性重构。实践充分证明，有了好的决策、好的蓝图，关键在落实。只有抓好落实，才能推动改革不断取得新成效。

学习好贯彻好党的二十届三中全会精神是当前和今后一个时期全党全国的一项重大政治任务。要把思想和行动统一到习近平总书记重要讲话精神上来，坚决扛起抓改革的重大政治责任，增强推进改革的自觉。要深入学习领会全会精神，深刻领会和把握进一步全面深化改革的主题、重大原则、重大举措、根本保证，增强推进改革的思想自觉。要以钉钉子精神抓好改革落实，对党中央进一步全面深化改革的决策部署，全党必须求真务实抓落实、敢作善为抓落实，增强推进改革的行动自觉。

习近平总书记强调：“改革要重视谋划，更要抓好落实。要发扬钉钉子精

神，树立和践行正确政绩观，察实情、出实招、求实效，坚决防止和克服形式主义，切忌搞徒有其表的形式工程、劳民伤财的政绩工程。”要深刻认识到，抓落实，是党的政治路线、思想路线、群众路线的根本要求，也是衡量领导干部党性和政绩观的重要标志。要制定好实施方案，做到精准施策、适时适度，尽力而为、量力而行，切忌脱离实际。要坚持稳中求进工作总基调，坚持解放思想、实事求是、与时俱进、求真务实。要加强组织领导，激励干部开拓进取、干事创业，确保党中央改革决策部署见到实效。

共识是奋进的动力，进一步全面深化改革必须增进共识。要充分发动全党全国人民积极性、主动性、创造性，心往一处想、劲往一处使。“人民群众不仅是浩瀚的力量之海，也是浩瀚的智慧之海。”要大兴调查研究，走好群众路线，问需、问计于民，尊重基层和群众首创精神，注重从老百姓急难

愁盼中找准改革发力点和突破口，增强群众获得感、认同度。要坚持发扬民主、集思广益，增强改革决策科学性和改革落实执行力。充分调动各方面改革积极性，进一步凝聚改革共识，以实绩实效和人民群众满意度检验改革，就一定能够形成推进改革的强大合力。

新的起点，新的部署，新的出发。党的二十届三中全会吹响了以进一步全面深化改革开辟中国式现代化广阔前景的时代号角。更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，认真学习贯彻党的二十届三中全会精神，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，坚决做到“两个维护”，高举改革开放旗帜，奋发有为，开拓进取，我们就一定能在推进中国式现代化的新征程上创造新的更大奇迹。

(新华社北京7月24日电 人民日报7月25日评论员文章)

## 人防物防并举 守护江湖安澜

## ——长江中下游防汛工作一线见闻

正值“七下八上”防汛关键期，长江流域汛情备受关注。记者连日来随水利部防汛工作组赴湖南等防汛重点地区采访时看到，从长江干堤、洞庭湖堤防到中小水库，当地人人防物防并举，全力守护江河湖库安澜。

人防是安全度汛的重要手段。湖南省岳阳市云溪区长江干堤上，每隔数百米就有一座防汛值守棚。巡查员六人一组，手拿长棍，沿着干堤一路查险，时不时捅捅地面，检查坡面是否有管涌、散浸等异常情况。“我们每两小时巡一次，确保大堤安全。”巡查员陈清明说。

云溪区委常委、政法委书记周拥军告诉记者，巡查员由附近村民、社区干部、大学生志愿者等组成。“全天有人值守，晚上也打着手电筒巡查。情况吃紧时，吃住都在堤上。”周拥军说，“堤后就是我们自己的家，一定要守好。”

据了解，今年汛期以来，岳阳市水利局已下达水工程调度指令40个，派出60余名技术干部，针对区县上报的险情逐一制定抢险方案，帮助基层第一时间开展管涌处置等工作，各级水利部门累计派出35组次3526人次深入一线指导抗灾。

确保水库安全是防汛工作的重点。来到湖南省常德市澧县金罗镇新开寺村石龟山水库，记者看到水库管理员代作秀正在大坝上巡查，观察水位水情变化，记录观测信息。前几日代作

秀发现了坝后两处渗漏险情，迅速报告了镇水利站和村党支部书记。镇村迅速组织抢险，成功化解了险情。

水利部运行管理司二级巡视员万玉倩告诉记者，近年来，水利部指导各地通过政府购买服务、安排公益性岗位等方式设立小型水库巡库员，目前全国有小型水库巡库员11.4万名，每年全覆盖开展业务培训。

安全度汛离不开防汛物资的充足准备。常德市安乡县深柳镇陆家渡堤段附近，十余辆载有石块、沙袋的货车整齐停放，依次排开。河面上停有两艘载满沙石的物资船。“堤段全天有人值守，一旦有紧急情况，防汛物资马上可以就位。”安乡县水利局一级主任科员刘文祥说。

记者在采访中了解到，长江中下游湖北、湖南、江西、安徽和江苏五省积极应对长江流域暴雨洪水，五省高峰时组织18.4万人巡查险情，及时发现并处置堤防和水库险情。

水利部发布的最新汛情通报显示，当前长江中下游干支流水位呈下降趋势，但堤防仍在水位运行。水利部要求，当前仍须高度重视退水期堤防安全，加强重点区域、薄弱环节堤防巡查防守，逐段落实责任，确保险情早发现、早发现、早处置、早消除。”万玉倩说。

(新华社长沙7月24日电 记者 黄韬铭)

## 超过150家国际企业连续7年签约进博会

新华社上海7月24日电(记者王默玲 周蕊)记者7月24日从第七届中国国际进口博览会新闻通气会上了解到，第七届进博会已取得阶段性成果，截至目前，企业商业展中有超过150家国际企业连续7年签约进博会。

中国国际进口博览局副局长孙成海介绍，本届进博会企业商业展将延续食品及农产品、汽车、技术装备、消费品、医疗器械及医药保健、服务贸易六大展区设置，并着力打造创新孵化专区。截至目前，签约展览面积

已超过36万平方米。交易团和专业观众组织工作加快推进，进度已快于去年同期，预计将有更多专业观众参与第七届进博会。

孙成海说，第七届进博会将深入挖掘科技前沿领域展览展示的潜力，今年企业商业展的展区结构设置有所创新。例如首次设立了新材料专区，为促进新材料领域创新发展搭建国际交流平台；汽车展区将重点邀请无人驾驶、低空经济、新型储能(汽车)等领域展商，集中展示未来出行的关键要素等。

此外，目前已有超过50个国家和国际组织确认参加今年的进博会国家综合展，其中挪威、贝宁、布隆迪、联合国儿童基金会等国家和国际组织将首次参加。

上海市人民政府副秘书长、进博会城市服务保障领导小组办公室副主任刘平介绍，上海认真分析新形势、新任务和新需求，编制了第七届进博会城市服务保障总体方案和总任务书，细化分解了21个方面270项任务，创新优化举措，提升服务质量。

据进博会城市服务保障领导小组介绍，为了落实参展便利化，在出入境方面，上海将推进落实“为外籍展商提供换发多次入境有效签证”等便利措施，海关进一步简化特准审批手续以及部分产品参展相关证书要求。在证件办理方面，进一步优化证件办理流程，压缩办证时间，逐步扩大电子证试用范围。交通出行方面，进一步优化展会期间交通疏导方案，完善轨道交通、地面公交、出租车、团队巴士、预约停车等保障措施。

## 保护牙齿健康，从涂氟开始

张永莲

口腔健康可以说是全身健康的基础，不过在现实生活中，出现口腔问题的人也不在少数，尤其是虫牙、蛀牙等最为常见，有些人就会产生这样的疑惑：自己也挺注重口腔问题的，从小也在好好地刷牙，甜食之类的也很少吃，但为什么牙齿就出问题了呢？有什么其他的方式可以预防口腔问题的发生吗？现在就给大家讲一下有关保护牙齿健康的好方法。

## 一、保护牙齿健康为什么要涂氟

氟虽然是一种化学物质，但氟同样是人体重要的微量元素之一，它以离子的形式广泛分布于自然界之中，对自然界有着极大的意义与价值，例如对于人们来说，氟化物与人的生命活动以及牙齿、骨骼组织的代谢密切相关，在人的骨和牙齿中，含有人体内大部分的氟，而且氟还是牙齿及骨骼不可缺少的成分，通俗地来讲就是氟是牙齿的保护伞，所以若是想要保护牙齿的健康，是可以少量地涂一些氟的，而涂氟氟化泡沫以防治龋齿的方法是临床常用的手段，它运用泡沫的形式，在牙齿表面及缝隙处附着泡沫并释放氟化物，能促进脱钙物质的再矿化，有着抗龋的

作用，可以有效地降低龋齿的发生率，但在涂氟时要注意以下几个事项：一是涂氟化物的量要控制好，涂擦的量一定不可过多，以免引起氟牙症；二是儿童最好3至6个月涂一次氟，如此既可预防龋齿的发生，也可保持乳牙的健康；三是在牙齿上涂氟一般不会引起特别明显的副作用，只是有一部分人可能会出现恶心、呕吐的情况，通常多见于儿童，因为儿童在涂氟后可能会误吸或吞下，若是吞下较多的话，便有可能引起恶心、呕吐的反应，不过这种情况通常能够较快的改善，所以家长不用过于担心，但若反应特别明显的话，则应立即停用。

## 二、牙齿涂氟都有什么作用

一是可以修复蛀牙，根据有关的研究结果发现，在牙齿上涂氟以后，不仅可以避免牙齿进一步龋化，而且还可以修复牙齿龋化的一部分，但前提是要先进行治疗，之后再在龋齿上涂氟以修复蛀牙。

二是可以使牙齿变得坚固，尤其是对于刚萌出牙齿的宝宝而言，若是在牙齿上涂氟的话，可以让牙齿变得更坚固。

三是可以影响牙齿的外形，若是在牙齿的形成时期涂擦一定量的氟，那么便能发现有使牙齿窝沟表面间隙变浅、牙尖变得比较圆的效果。

四是可以降低牙齿的敏感度，若是早期有牙齿敏感症者，在其局部涂擦氟化物后，因再矿化封闭了牙本质小管，可以发现有帮助牙齿改善敏感症状的效果，平时在牙齿遇冷、热、酸、甜等刺激性食物或物品时疼痛不适的症状也会有所减轻。

五是抑制抑制菌斑及细菌产生的一些物质，可以减弱菌斑发酵以及产酸的作用，可以促进牙齿牙釉质对细菌酸性腐蚀的抵抗力。

六是可以促进再矿化，根据有关的试验结果发现，即便是比较低的氟化物浓度，也能够使牙釉质再矿化的速度增加，也就是说若是已经形成龋齿了，在牙齿上涂氟的作用相对来说会略微的低一些，但早期的牙齿脱矿能再恢复并形成再矿化。

七是可以降低牙釉质的溶解性并提高牙釉质的强度，根据有关的试验结果发现，在用氟溶液处理牙齿后用水清洗，可以发现牙釉质在酸里面的溶解度降低了，这也就意味着牙釉质

对酸的抵抗力变强了，有助于在一定程度上提高牙釉质的强度。

八是可以使牙釉质钙化的更好一些从而不容易发生龋齿，牙釉质是牙冠的一部分，而牙冠则是牙齿的一部分，具体来讲就是牙齿分为牙冠、牙颈部及牙根，而牙冠从外到内则分为牙釉质、牙本质及牙髓腔，其中牙釉质是牙齿钙化最好的组织，但若是细菌大量繁殖产生酸性物质的话，会使钙质从牙釉质当中脱出进而导致牙釉质变软并形成龋洞，不过若是牙釉质上涂氟的话，氟离子会渗入到牙釉质当中并与钙离子结合从而形成更稳定的化合物，可以在牙齿的表面形成一层保护层，这样的话牙齿就不容易被酸腐蚀，也就不容易出现龋齿的情况了。

总之，从本文阐述可知，氟虽然是一种化学物质，但在牙齿里涂少量的氟是没有危害的，此法不仅有效，而且还有着其他的好处，所以若是想要保护牙齿的健康，那么不妨尝试一下从涂氟开始的方法，相信一定不会让你失望的。

(作者单位系淮南市东方医院集团总院)

## 创立党建特色品牌，助推思想政治工作提质增效

王 煦

党建特色品牌是党建工作的内在结晶和外在名片，推动党建特色品牌建设是一项长期性、系统性工程。淮南市交通运输综合行政执法支队围绕交通执法“123”新模式打造机关党支部党建特色品牌，从而创新思政工作载体、激发思政工作活力、提升思政工作质量、展示思政工作良好形象，努力开创思政工作新局面。

## 从纵向发展上酝酿品牌

党建品牌创建，理念要先行，支队机关党支部结合交通执法自身工作特点，积极探索新形势下加强支部党建工作的新方法并发挥党建引领的新途径。

## 一是在更广的意愿中制定方案。

在实践中不断创新创造，广泛汇聚党员群众的智慧，优中选优，全力打造思路清晰、主题突出、措施健全、具有特色、操作性强的品牌创建方案。二是在更好的统筹中加强管理。围绕“有主题、有标识、有内涵、有活动、有成效”标准要求，努力打造符合交通执法工作实际、可持续、务实管用、党建特色品牌，力促党建与业务工作深度融合。三是在更高的起点上优

化品牌。品牌建设是一个动态过程，需要不断调整和优化品牌策略。为进一步加强党建引领，助推思政工作再上新台阶，机关党支部结合自身特点，深入总结在党的建设、为民服务改革创新中形成的好经验、好做法，持续优化和提升党建品牌。

## 深化“三个融合”聚力打造品牌

党建品牌的创建只是载体和抓手，是“有形”的显现，推动思政工作高质量发展、业务工作高效能提升才是目的和归属，是“无形”的凝练。支队机关党支部秉持执法为民服务理念，着力打造“声入人心，执法为民”党建特色品牌。

一是在理念思想上融合。推动党建与业务融合，必须提高政治站位，凝聚思想共识。机关党支部严格落实“第一议题”制度，认真学习习近平新时代中国特色社会主义思想、习近平总书记重要批示指示精神，注重将理论研究成果、党性修养提升转化为党员干部担当作为、干事创业的激情斗志，不断增强思想自觉、政治自觉和行动自觉。二是在作风建设上融合。

坚持“以党建带队伍、以作风促业务”的工作思路，确立了以党建和业务深度融合推进干部队伍建设的发展路径。组织党员干部参观党风廉政教育基地，用好反面典型案例警示教育干部职工，深入打造“领导有正气、职工有士气、单位有朝气、执法有底气”的廉洁文化，全力营造尚廉浓厚氛围。三是在执法为民上融合。打造“交通执法为民服务台”品牌栏目。重点宣传交通综合执法动态和行业政策法规，曝光违法违规典型案例，以案说法，及时回应社会关切，解答热点难点问题等。充分运用“8212328 交通失物找寻处”和“8312328 交通司乘纠纷调解处”，帮助乘客寻找丢失物品、化解司乘纠纷，有效保障了乘客和出租汽车司机合法权益。

品牌引领促进思政工作高质量发展

机关党支部通过“声入人心，执法为民”党建特色品牌，打造党员精神坐标，引导广大党员立足岗位攻坚克难，使品牌培育过程成为推动思政发展的过程。

激发思政工作内生动力。机关党支部党建品牌创建以来，在政治建设上筑牢根基、涵养正气，发挥了思政工作在方向上的重要保证。通过贯彻上级部署、落实“第一议题”制度，不断增强党员自身与单位发展融入，彰显责任担当，增强思政工作队伍能力。机关党支部高度重视党内生活质量，注重牢牢把握思想精髓、核心要义。在党建品牌的培育过程中不断统一思想、凝聚共识、对齐行动，把学习与落实紧密贯通，既在学习领悟中掌握道理哲理，又在实际工作中总结运用。实施党建特色品牌创建以来，执法为民服务理念深入人心，提高了思政工作队伍素质，增强了思政工作队伍能力。健全思政工作组织体系。机关党支部高度重视加强组织建设，助力示范引领作用发挥，“党支部+小组+业务职能”实现了全覆盖。不仅有效推动了党建品牌的培育，而且保证了各项工作密切配合，形成了合力，充分调动广大党员的积极性、主动性和创造性。

(作者单位系淮南市交通运输局综合行政执法支队)

## 儿童支原体肺炎高发 如何做好居家护理

郑妮娜

儿童支原体肺炎作为一种常见的呼吸道感染病，其高发引起了广泛的关注和重视。尤其是在居家护理中，家长们需要充分了解并掌握相应的护理知识，以保障孩子的健康和安全。

本文旨在探讨儿童支原体肺炎的居家护理方法，以期为广大家长提供一些实用的指导和建议。

## 一、居家环境指导

在居家期间，家长们需要特别关注孩子们的居家环境和生活习惯，为他们营造一个安全、清洁、舒适的生活空间。

保持室内通风是非常重要的。通过定期开窗换气来确保空气流通，减少空气中的细菌和病毒浓度，有利于维持空气清新。此外，家长们也要定期给孩子们的居住区域进行清洁和消毒，保持室内卫生，有效减少病菌传播的风险。随着天气逐渐变冷，注意保持室内温暖也是必不可少的。根据室温变化，及时添加衣物，让孩子们保持舒适。此外，保证充足的睡眠时间对于孩子们的健康发育至关重要。良好的睡眠有助于机体恢复和免疫力提升，让孩子们更好地抵抗外界病菌的侵袭。在病情允许的情况下，家长们可以适当带孩子参加户外活动，呼吸新鲜空气，增强体质。然而，应注意避免剧烈运动，以免对孩子的身体造成额外负担。另外，室内也可以安排一些适合孩子们的游戏和娱乐活动，如绘画、听音乐、讲故事等，以缓解孩子们的焦虑和不适情绪，让他们度过愉快的居家时光。

## 二、居家饮食护理

在居家期间，家长们需要特别关注家庭成员的饮食护理，以保障每个人的健康。合理膳食搭配是非常重要的。家长们应注意注意食物的种类和比例，确保膳食的全面均衡，包括充足的蛋白质、维生素、矿物质等营养成分。此外，食物宜清淡为宜，减少油腻和刺激性食物的摄入，尽量多食用新鲜的蔬菜水果，补充足够的维生素和纤维素。在饮食中，要尽量避免过量摄入糖类、辛辣、生冷及高脂肪的食物，以减少对消化系统的负担，维持身体健康。

## 三、居家发热护理

在居家护理中，针对发热的处理是非常重要的一个环节。对于儿童发热，首先要注意的是进行物理降温。一般

情况下，只要儿童精神状态良好，腋下体温未超过38.5℃，可以先观察并让其多饮温热水，并且每1-2小时复测一次体温，观察体温变化情况。此时，可以考虑运用局部降温措施，例如降温贴、降温毯、温水毛巾擦拭等方法，而不推荐使用乙醇擦拭、冰水浴等极端方法。如果儿童的腋下体温超过38.5℃，或是由于发热而感到不舒服、情绪低落，建议采取药物降温的措施。常用的儿童退热药物包括布洛芬和对乙酰氨基酚。对于有过热性惊厥病史的儿童，通常建议在体温达到38℃时就可以给予退热药物。此时，正确使用退热药物是至关重要的，务必按照医嘱正确剂量给药。家长们还应该注意观察和记录儿童的体温变化、用药效果以及儿童的整体状态变化。

## 四、居家咳嗽护理

家长们应该定期观察儿童的呼吸频率、节律以及是否出现呼吸困难等状况，及时发现并采取相应处理。鼓励儿童经常变换体位也是非常非常重要的。适时提醒儿童进行有效咳嗽，有助于清除呼吸道中的痰液，减轻不适感。在需要的情况下，可以使用雾化吸入祛痰药物，口服或雾化都是常用选择。对于咳嗽有痰不易咳出的儿童，雾化后的叩背排痰是一种有效的方法，可以帮助促进痰液排出，减轻症状。在进行叩背排痰时，家长们需要掌握正确的方法。一般建议在特定时间段进行，如晨起、餐前半小时或餐后2小时，避免影响胃部消化功能。叩背时，要使用正确的手势和力度，避开脊柱及肾区，轻柔而有序地拍打，有助于有效排痰。家长们应该定期观察儿童的状况变化，及时采取相应的护理措施，并在医生的指导下正确使用药物，以帮助儿童尽快恢复。希望每个家庭都能在护理儿童咳嗽问题时做出正确的抉择，保障孩子的健康。

在居家护理儿童支原体肺炎时，家长扮演着重要的角色。通过定期清洁房间、饮食营养的补充、呼吸道保湿、体温监测以及避免交叉感染等措施的采取，能够为孩子提供良好的护理环境，促进病情的康复。同时，家长应密切关注孩子的身体变化，并根据病情的变化及时就医，得到专业的医生指导和治疗。

(作者单位系淮南市寿县人民医院)

