

《求是》杂志发表习近平总书记重要文章 实现建军一百年奋斗目标，开创国防和军队现代化新局面

新华社北京7月31日电 8月1日出版的第15期《求是》杂志将发表中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平2022年10月16日在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告的一部分《实现建军一百年奋斗目标，开创国防和军队现代化新局面》。

文章强调，如期实现建军一百年

奋斗目标，加快把人民军队建成世界一流军队，是全面建设社会主义现代化国家的战略要求。必须贯彻新时代表党的强军思想，贯彻新时代军事战略方针，坚持党对人民军队的绝对领导，坚持政治建军、改革强军、科技强军、人才强军、依法治军，坚持边斗争、边建设，坚持机械化信息化智能化融合发展，加快军事理论现代化、军

队组织形态现代化、军事人员现代化、武器装备现代化，提高捍卫国家主权、安全、发展利益战略能力，有效履行新时代人民军队使命任务。

文章指出，要全面加强人民军队党的建设，确保枪杆子永远听党指挥。全面加强练兵备战，提高人民军队打赢能力。全面加强军事治理，巩固拓展国防和军队改革成果，完善军事力量

结构编制，体系优化军事政策制度。巩固提高一体化国家战略体系和能力。

文章强调，人民军队始终是党和人民完全可以信赖的英雄军队，有信心、有能力维护国家主权、统一和领土完整，有信心、有能力为实现中华民族伟大复兴伟大复兴提供战略支撑，有信心、有能力为世界和平与发展作出更大贡献！

国务院印发《深入实施以人为本的新型城镇化战略五年行动计划》

新华社北京7月31日电 国务院日前印发《深入实施以人为本的新型城镇化战略五年行动计划》(以下简称《行动计划》)，对今后五年推进新型城镇化建设的总体要求、重点任务、政策措施和组织实施等作出部署。

《行动计划》坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻党的二十大和二十届二中、三中全会精神，坚持以人民为中心的发展思想，坚持稳中求进工作总基调，完整准确全面贯彻新发展理念，加快构建新发展格局，着力推动高质量发展，以满足人民日益增长的美好生活需要为根本目的，以体制机制改革为动力，因势利导、顺势而为，因地制宜、分类施策，

稳步提高城镇化质量和水平，充分释放新型城镇化蕴藏的巨大内需潜力，持续推动经济实现质的有效提升和量的合理增长，为中国式现代化提供强劲动力和坚实支撑。

《行动计划》明确，要坚持以人为本、遵循规律、分类施策、集约高效的工作原则。经过5年的努力，农业转移人口落户城市渠道进一步畅通，常住地提供基本公共服务制度进一步健全，协调推进潜力地区新型工业化城镇化明显加快，培育形成一批辐射带动作用强的现代化都市圈，城市安全韧性短板得到有效补齐，常住人口城镇化率提升至接近70%，更好支撑经济社会高质量发展。

《行动计划》提出4项重大行

动、19项重点任务及有关政策措施。一是实施新一轮农业转移人口市民化行动，提出进一步深化户籍制度改革、健全常住地提供基本公共服务制度、促进农业转移人口在城镇稳定就业、保障随迁子女在流入地受教育权利、完善农业转移人口多元化住房保障体系、扩大农业转移人口社会保障覆盖面6项任务，以及完善农业转移人口市民化激励政策、健全进城落户农民农村权益维护政策。二是实施潜力地区城镇化水平提升行动，提出培育特色优势产业集群、促进产业园区提级扩能、强化产业发展人才支撑、增强城镇综合承载能力4项任务，以及健全产业跨区域新布局激励机制、强化土地节约集约利用、加强资金多元

投入保障等政策措施。三是实施现代化都市圈培育行动，提出提升城际通勤效率、强化产业分工协作、加快市场一体化建设和推进公共服务共建共享4项任务和支撑都市圈建设的政策措施。四是实施城市更新和安全韧性提升行动，提出推进城镇老旧小区改造、加快推进保障性住房等“三大工程”建设、加强城市洪涝治理、实施城市生命线安全工程、推进绿色智慧城市建设5项任务和支持城市更新的措施。

《行动计划》强调，要坚持加强党的全面领导，完善实施推进机制，按照中央指导、省负总责、市县抓落实的总要求，加强多部门协同、统筹推进任务落实。

加强财政宏观调控 深化财税体制改革 ——财政“护航”高质量发展

财政是国家治理的基础和重要支柱。

“护航”高质量发展，财政政策如何发力、效果怎样？深化财税体制改革如何推进？在31日国务院新闻办公室举行的“推动高质量发展”系列主题新闻发布会上，财政部有关负责人作出详细阐释。

“近年来，财政部聚焦推动高质量发展这一首要任务，持续优化财政政策供给，加强战略任务资金保障，强化财税制度支撑，深化国际财金合作，推动经济实现质的有效提升和量的合理增长。”财政部副部长王东伟说。

财政政策是宏观调控的重要工具。优化完善税费优惠政策，助力经营主体轻装上阵，今年进一步提高政策精准性、有效性；合理审慎确定赤字率；党的二十以来，累计新增安排专项债券11.35万亿元，支持补短板、惠民领域建设项目9万个左右；加强财政政策与货币、产业等政策协同配合……

“我们加强和改进财政宏观调

控，连续实施积极的财政政策，综合运用赤字、专项债券、财政补助、贴息、税收等多种政策工具，促进经济持续回升向好。”王东伟说。

发布会上，财政部综合司司长林泽昌介绍了一组数字，彰显今年以来财政政策力度——

上半年全国一般公共预算支出约13.7万亿元；中央对地方转移支付已下达8.99万亿元，占年初预算的88.1%；去年1万亿元增发国债已全部下达地方，基本都已落实到项目上；今年安排1万亿元超长期特别国债，支持“两重”项目，截至7月24日已发行4180亿元……

下一步财政政策如何发力？林泽昌表示，将加大政策实施力度，更好发挥政府投资带动放大效应，加力推动大规模设备更新和消费品以旧换新，持续强化基本民生保障，加强财政收支管理。

财政资金取之于民、用之于民。

记者在发布会上了解到，今年的预算安排中，与民生密切相关的教育、社会保障和就业、农林水、

卫生健康这四个领域的财政支出位列前四，合计占比近50%。认真落实党中央关于过紧日子的要求，“小钱小气、大钱大方”，把更多的财政资金用于促发展、保民生。

“我们注重强化国家重大战略任务和基本民生财力保障，加大对科技、教育、农业农村、生态保护等重点领域的投入，推动高质量发展的成色更足更浓。”王东伟说。

深化财税体制改革是推动高质量发展的迫切需要。

党的二十届三中全会对深化财税体制改革作出全面部署，提出明确要求。针对近期备受关注的消费税改革、地方税体系建设，王东伟介绍，总体来看，将拓展地方税源，适当扩大地方税权，规范非税收入管理——

推进消费税征收环节后移并稳步下划地方，统筹考虑中央与地方收入划分、税收征管能力等因素，分品目、分步骤稳妥实施，拓展地方收入来源，引导地方改善消费环境；研究把城市维护建设税、教育

费附加、地方教育附加合并为地方附加税，授权地方在一定幅度内确定具体适用税率；

改革环境保护税，将挥发性有机物纳入征收范围；

对于收费公路，将按照受益者付费原则，推动优化相关政策；

……

“深化论证具体改革方案，成熟一项、推出一项。”王东伟说。

中央和地方财政关系是政府间权责划分的基本组成部分。

财政部预算司司长王建凡表示，党的二十届三中全会对完善中央和地方财政关系作出一系列新部署，具体涉及收入划分、转移支付、财政事权和支出责任划分等方面。

“财政部将按照党的二十届三中全会部署，着力建立权责清晰、财力协调、区域均衡的中央和地方财政关系，坚持不懈以钉钉子精神抓好改革任务落实，更好调动两个积极性。”王建凡说。

(新华社北京7月31日电

记者 中 钱)

学习贯彻党的二十届三中全会精神

新华社北京7月31日电 《决定》提出：“面对纷繁复杂的国际国内形势，面对新一轮科技革命和产业变革，面对人民群众新期待，必须继续把改革推向前进。这是坚持和完善中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化的必然要求，是贯彻新发展理念、更好适应我国社会主要矛盾变化的必然要求，是坚持以人民为中心、让现代化建设成果更多更公平惠及全体人民的必然要求，是应对重大风险挑战、推动党和国家事业行稳致远的必然要求，是推动构建人类命运共同体、在百年变局加速演进中赢得战略主动的必然要求，是深入推进新时代党的建设新的伟大工程、建设更加坚强有力的马克思主义政党的必然要求。改革开放只有进行时，没有完成时。全党必须自觉把改革摆在更加突出位置，紧紧围绕推进中国式现代化进一步全面深化改革。”对此，可以从以下几个方面来理解。

第一，从进一步全面深化改革同推进中国式现代化的关系看，围绕党的中心任务谋划改革是改革取得成功的重要经验。党的二十大确立了团结带领全国各族人民全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴的中心任务，阐述了中国式现代化的中国特色、本质要求、重大原则等，对推进中国式现代化作出了战略部署。要把这些战略部署落到实处，把中国式现代化蓝图变为现实，根本在于进一步全面深化改革，需要研究思考如何从强国建设、民族复兴战略全局高度，分领域分阶段提出中国式现代化更加明确清晰的战略目标愿景，解决好中国式现代化是什么、干什么、怎么干的问题，解决好进一步全面深化改革围绕什么来改、改什么和怎么改的问题，使我们的改革举措更好地解决中国式现代化面临的体制机制问题，不断完善各方面体制机制，扫除各种障碍，源源不断为中国式现代化激发活力、增添动力。

第二，从进一步全面深化改革的总目标看，完善和发展中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化是一个动态的历史过程，必然随着实践的发展而不断向更高水平迈进。党的十八大以来，我们突出制度建设这条主线，坚决破除各方面体制机制弊端，各领域基础性制度框架基本建立，中国特色社会主义制度更加成熟更加定型，国家治理体系和治理能力现代化水平明显提高。同时要看到，有些制度还不够完善，体系还不够健全，有些改革举措尚未完成，有的甚至需要相当长的时间去落实，治理体系和治理能力还不完全适应经济社会发展需要。我们决不能停下脚步，决不能有松口气、歇歇脚的想法，必须深刻把握我国发展要求和时代潮流，把制度建设和治理能力建设摆到更加突出的位置，继续深化各领域各方面体制机制改革，固根基、扬优势、补短板、强弱项，推动各方面制度更加完善，不断把我国制度优势更好转化为国家治理效能。

第三，从推动高质量发展要求看，高质量发展是全面建设社会主义现代化国家的首要任务，需要通过改革来清道排障。当前，我国改革发展稳定面临不少深层次矛盾躲不开、绕不过，突出表现在，发展不平衡不充分问题仍然突出，推进高质量发展仍有不少体制机制障碍和卡点瓶颈，科技创新能力还不强，确保粮食、能源、产业链供应链可靠安全和防范金融风险还须解决许多重大问题，城乡区域发展和收入分配差距仍然较大，群众在就业、教育、医疗、托育、养老、住房等方面面临不少难题，生态环境保护任务依然艰巨。在推进中国式现代化的关键当口，容不得任何停留、迟疑、观望，必须一鼓作气继续全面深化改革，坚持以经济建设为中心，用改革的方法解决发展中的问题。

第四，从应对风险挑战看，推进中国式现代化是一项全新的事业，前进道路上必然会遇到各种矛盾和风险挑战，完善的制度是防范化解各种风险挑战的有力保证。当前，世界百年未有之大变局加速演进，局部冲突和动荡频发，全球性问题加剧，我国发展面临的外部环境日益严峻。我国发展进入战略机遇和风险挑战并存、不确定难预料因素增多的时期，各种“黑天鹅”、“灰犀牛”事件随时可能发生。有效应对这些风险挑战，需要我们进一步全面深化改革，用完善的制度防范化解风险、有效应对挑战，在危机中育新机、于变局中开新局。

(上接一版)

蔡奇充分肯定近年来各部门贯彻习近平总书记关于机关党建的重要讲话和重要指示批示精神的做法和成效，强调中央和国家机关各级党组织和广大党员、干部要强化政治忠诚、提高政治能力，深刻领悟“两个维护”的决定性意义，不断增强“四个意识”、坚定“四个自信”，走好践行“两个维护”第一方阵。要紧扣职责定位，深化理论武装，健全以学铸魂、以学增智、以学正风、以学促干长效机制，加强年轻干部教育引导；坚持补短板、强弱项与提质量、强功能并举，夯实基层基础；持续正风肃纪反腐，健全防治形式主义、官僚

怎样理解紧紧围绕推进中国式现代化 进一步全面深化改革的重要性和必要性

主义制度机制，建立经常性和集中性相结合的纪律教育机制；严格落实机关党建责任，进一步强化制度硬约束，以深化党的建设制度改革推动机关党建高质量发展，为进一步全面深化改革、推进中国式现代化提供坚强保证。

中央纪委监委机关、中央对外联络部、全国总工会、国家发展改革委、科技部、国务院办公厅负责同志作交流发言。姜信治出席会议。

中央和国家机关有关部门党组（党委）书记，中央和国家机关各部门机关党委书记、常务副书记，中央和国家机关工委负责同志等参加会议。

老年人眼底病防护知识解析

胡冬梅

随着人口老龄化的加剧，老年人眼底病的发病率也逐渐增高。眼底病是一类常见的眼部疾病，包括黄斑变性、青光眼、视网膜血管阻塞等，严重影响老年人的视力和生活质量。为了保护眼睛，预防眼底病的发生，老年人需要采取一系列的防护措施。接下来就为大家介绍一些常见的老年人眼底病，并提供一些建议来保护眼睛，远离疾病困扰。

一、黄斑变性

黄斑变性是老年人眼底病中最常见的一种。它是由于黄斑区的细胞退化所引起的，导致中心视力逐渐丧失。以下是预防黄斑变性的建议：

1.健康饮食：均衡饮食对于黄斑变性的预防至关重要。多摄入富含维生素C、维生素E、锌、β-胡萝卜素和叶黄素等抗氧化剂的食物，如绿叶蔬菜（菠菜、羽衣甘蓝等）、水果（橙子、柠檬、蓝莓等）、鱼类（三文鱼、鲑鱼等）、坚果和豆类。这些食物有助于减少眼部组织的氧化损伤，保护视网膜和黄斑区的健康。

2.不吸烟：吸烟是黄斑变性发展的危险因素之一，烟草中的化学物质会损害视网膜的血管，增加黄斑变性的风险。因此，戒烟或避免二手烟暴露对于预防黄斑变性非常重要。

3.控制血压和血糖：高血压和糖尿病是黄斑变性的危险因素。定期测量血压和血糖，保持在正常范围内。如有异常，及时就医并遵循医生的建议进行治疗和管理。

4.眼部保护：避免长时间盯着电脑、手机和其他电子屏幕，以减轻眼睛

的疲劳。在阳光强烈的环境中，佩戴遮阳帽或太阳镜，以减少紫外线对眼睛的伤害。

5.定期眼部检查：定期进行眼部检查是预防和早期发现黄斑变性的关键。年龄在40岁以上的人群应该每年进行一次全面的眼部检查，包括视力测试、眼底检查和视野测试。及早发现黄斑变性的病变，可以尽早采取治疗措施。

6.注意药物的副作用：某些药物，如抗毒药、抗生素、抗高血压药和类固醇等，可能会增加黄斑变性的风险。在使用这些药物时，应咨询医生，并密切关注可能的副作用。

二、青光眼

青光眼是一种逐渐丧失视力的眼病，通常与眼压升高有关。以下是预防青光眼的建议：

1.定期眼部检查：定期进行眼部检查是预防青光眼的重要步骤。建议每年至少进行一次全面的眼部检查，包括眼压测量、眼底检查和视野测试，这样可以早期发现青光眼的迹象，并及时采取治疗措施。

2.注意眼部健康：保持良好的眼部卫生和用眼习惯也是预防青光眼的关键。避免长时间用眼，尤其是长时间盯着电脑或手机屏幕，每隔一段时间，要进行眼部放松操和眼球运动，帮助缓解眼部疲劳。此外，保持充足的睡眠和饮食均衡也有助于眼部健康。

3.控制眼压：高眼压是青光眼的主要风险因素之一。通过控制眼压可以减少患青光眼的风险，方法包括避免过度用眼、减少咖啡因的摄入、限制盐的摄

入、戒烟和限制酒精摄入。此外，一些药物和眼药水也可以帮助降低眼压，但必须在医生的指导下使用。

4.避免眼部损伤：眼部损伤也是引发青光眼的一种因素。因此，避免眼部受伤是预防青光眼的重要措施。在进行一些高风险活动时（如体育运动），应佩戴适当的护目镜或面罩，以保护眼部免受外伤。

5.定期锻炼：适度的体育锻炼不仅有助于身体健康，还可以改善眼部循环。适当的锻炼可以帮助降低眼压，减少青光眼的风险。

三、视网膜血管阻塞

视网膜血管阻塞是一种眼病，通常由于视网膜的血液供应不足引起。以下是预防视网膜血管阻塞的建议：

1.控制血压和血糖：高血压和糖尿病是导致视网膜血管阻塞的主要原因之一。老年人应该定期检查血压和血糖水平，并采取相应的治疗措施。

2.保持适度运动：适度的运动可以促进血液循环，减少视网膜血管阻塞的风险。老年人可以选择散步、太极拳、瑜伽等低强度的运动方式。

3.戒烟限酒：吸烟和过量饮酒都会增加视网膜血管阻塞的风险，因此老年人应该尽量戒烟限酒，保持健康的生活方式。

总之，老年人眼底病的防护对于保持良好的视力和生活质量至关重要。通过健康饮食、定期眼检、控制眼压、保持适度运动等措施，可以减少眼底病的发生。

(作者单位系淮南市寿县人民医院)

小儿咳嗽如何做好家庭护理

王 迪

人睡前洗一次澡。

四、环境护理

首先是要保证空气流通。建议家长长时间开窗通风，保持室内空气流通，但应避免穿堂风，且在扬沙天气时切忌开窗并及时关窗。

其次是要保证环境适宜。对于咳嗽的小儿而言，安静、整洁、温湿度适宜的环境更有利于小儿尽快康复，因而建议将室温保持在20摄氏度左右、相对湿度保持在60%左右，这样有利于防止小儿呼吸道分泌物变干后难以咳出从而发生交叉感染。

最后是要避免烟雾刺激。家长尽量不要在室内吸烟，也不要带小儿去烟雾比较多的地方，以免小儿吸入二手烟最终导致病情加重。

五、科学用药

首先是要重视用药的原则。家长一定要谨遵医嘱正确、按时地让小儿吃药，且一定要看着小儿将药吃下去。同时家长不可随意地对小儿的药物进行减量、减量，亦或是让其停药或自行为其更换药物。

其次是要进行对症治疗。对于有痰的患儿，可在医生指导下使用如氯化铵、盐酸氨溴索、复方甘草合剂等的祛痰药；对于轻微咳嗽的患儿，一般并不需要进行镇咳治疗，而且在其有痰时也不可单独使用镇咳药，以免小儿呼吸道内的分泌物排出难度增加；对于有持续性干咳情况且已影响睡眠的患儿，必要时可给予其小剂量的如美沙芬之类的镇咳药，不过在使用这类药物时一定要注意使用的次数不宜过多。

六、合理饮食

首先是要多吃以下食物，例如：多吃富含维生素、无机盐、纤维素的新鲜蔬菜及水果；多吃如牛奶、鸡蛋、瘦肉、豆制品等富含蛋白质的食物；多喝水、凉茶、米汤、新鲜果汁等，不仅能够给小儿补充水分，而且还有助于稀释痰液，从而使痰易于咳出。但若当地的水质较差，建议饮用水必须经过消毒、过滤后再饮用。

其次是要少吃或不吃以下的食物，例如少吃或不吃零食尤其是甜食；少吃或不吃如山药、巧克力之类的黏腻食物；少吃或不吃如油条、油炸糕类的煎炸食物；少吃或不吃如大蒜、胡椒、辣椒、芥末、辣条之类的辛辣刺激性食物，以免呼吸道受到刺激使得咳嗽症状加重；少吃或不吃如花生、瓜子、蚕豆之类的食物，以免咳嗽且伴有呼吸急促症状的小儿将食物呛入气管中导致症状加重；少饮或不饮冷饮、酸味过浓的果汁和可乐之类的碳酸饮料，以免咳嗽且伴有呼吸急促症状的小儿频繁吸气导致呼吸困难的情况加重。

总之，小儿咳嗽是常见病症，不过由于该病对小儿的身体健康影响较大，为了保证小儿的生活质量不受影响，还需积极做好家庭护理，如此才能尽快促使小儿的身体恢复健康。

(作者单位系淮南市寿县人民医院)