

中央军委主席习近平签署命令 发布新修订的《军队装备科研条例》

新华社北京2月5日电 中央军委主席习近平日前签署命令，发布新修订的《军队装备科研条例》，自2025年3月1日起施行。

《条例》坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻习近平强军思想，深入贯彻新时代军事战略方针，深刻把握装备科研工作特点规律，科学规范新形势下装备科研工作的基本要求和制

度安排，是军队装备科研工作的基本法规。

《条例》共8章49条，适应创新构建新时代武器装备现代化管理体系要求，鲜明立起高质量、高效益、低成本、可持续发展新理念，推动构建自主创新、自主研制、自主可控与开放交流相结合的发展新格局，加快实现装备科研自立自强；坚持创新驱动，落实装备建设转型要求，优化完善规划计划、立项审批、项目管理等流程机制；突出

分类管理，创新实施装备预先研究、装备研制、装备综合研究等项目分级分类管理；加强质效管控，对装备科研质量管控、成本管控、验收评估、成果管理、手段支撑、安全保密等进行系统规范；强化监督检查，细化完善行业监督抽查方式、督导整改措施、具体问责情形。《条例》的发布施行，为推动军队装备科研工作高质量发展提供了制度保障。

习近平同巴基斯坦总统扎尔达里会谈

(上接一版)

扎尔达里表示，巴基斯坦和中国是亲密邻邦，更是全天候的好朋友、好伙伴。巴中友谊历经风雨，两国人民的心始终紧紧相连。无论形势如何变化，巴方都将毫不动摇同中方站在一起。巴方感谢中方为巴经济社会发展提供无私帮助，愿学习中国成功经验，推动中巴经济走廊和各领域合作高质量发展，助力巴基斯坦实现工业化和现代化。

在习近平主席英明指引下，中国在国际事务中发挥越来越大的引领作用，日益成为维护世界和平、稳定、繁荣的重要力量。巴方愿同中方密切配合，坚持多边主义，维护自由贸易，促进两国和广大发展中国家的共同利益。

会谈后，两国元首共同见证签署共建中巴经济走廊、贸易、科技、广播电视等领域多项双边合作文件。

会谈前，习近平在人民大会堂北大厅为扎尔达里举行欢迎仪式。

天安门广场鸣放21响礼炮，礼兵列队致敬。两国元首登上检阅台，军乐团奏中巴两国国歌。扎尔达里在习近平陪同下检阅中国人民解放军军仪仗队，并观看分列式。

当晚，习近平在人民大会堂金色大厅为扎尔达里举行欢迎宴会。王毅参加上述活动。

习近平同吉尔吉斯斯坦总统扎帕罗夫会谈

(上接一版)

吉中友好交往源远流长。两国关系近年提升到新水平，中国是吉方可靠的朋友和伙伴，各部门各地方开展密切合作并取得丰硕成果。吉方将继续在台湾、涉疆、涉港等问题上坚定支持中方。吉方愿与中方推动吉中命运共同体建设取得更多成果，高质量共建“一带一路”，建设好中吉乌铁路这条“钢铁丝路”，推进产业、投资、贸易、交通、电子商务、教育等领域合作。面对国际地区形势的复杂变化，吉方愿

同中方紧密合作，推动上海合作组织和中国—中亚机制取得更大发展，积极落实三大全球倡议，共同维护地区和世界和平稳定。

会谈后，两国元首共同签署《中华人民共和国和吉尔吉斯共和国关于深化新时代全面战略伙伴关系的联合声明》，见证签署共建“一带一路”合作规划以及外交、经贸、农业等领域多项合作文件。

会谈前，习近平和夫人彭丽媛在人民大

堂北大厅为扎帕罗夫和夫人扎帕罗娃举行欢迎仪式。

天安门广场鸣放21响礼炮，礼兵列队致敬。两国元首登上检阅台，军乐团奏中吉两国国歌。扎帕罗夫在习近平陪同下检阅中国人民解放军军仪仗队，并观看分列式。

当天中午，习近平和彭丽媛在人民大会堂金色大厅为扎帕罗夫夫妇举行欢迎宴会。王毅参加上述活动。

肺癌放疗后如何养护受损皮肤

陆元元

次剂量过大或短时间内多次照射而引发的一种皮肤损伤，可细分为四级：①第一级：存在红斑、瘙痒、脱皮脱屑、毛囊扩张以及色素沉着等表现，但症状轻微；②第二级：照射区域皮肤可见明显红斑，同时伴随水肿以及湿性脱皮的情况；③第三级：照射区域出现融合性脱皮的情况，且非磨擦或小面积创口所致出血；④第四级：照射区域皮肤组织坏死、真皮层溃疡，存在自发性出血，经久不愈，需视情况进行植皮。

2.2 慢性皮肤反应
所谓慢性皮肤反应，就是指频繁小剂量照射较长一段时间(以月、年为单位)后发生的损伤，也可能由急性反应发展而来。以局部皮肤色素沉着、变薄、干燥、萎缩以及毛细血管扩张等为主要表现，皮肤弹性降低甚至消失，受损风险高且易形成溃疡，愈合难度大。

3. 肺癌放疗后如何养护受损皮肤

3.1 正确清洁
正确清洁放疗区域皮肤是一项基础且重要的护理环节，需认真对

待。首先，我们要优选温和的皮肤清洁产品，避免使用化学成分过多或由强酸碱成分组成的香皂、沐浴液以及洗面奶等产品，防止对皮肤造成进一步刺激。推荐肺癌患者用清水或者医用清洁产品来清洗皮肤，可配合柔软的毛巾进行轻轻蘸洗，动作轻柔，防止用力不当而损伤皮肤。同时，要控制好清洁频率，切勿频繁清洁，否则可能破坏皮肤层的油脂屏障，从而导致干燥症状加重。通常来说，每日清洁次数不宜超过2次，如果出汗较多，可酌情增加局部皮肤清洁次数，需保证动作轻柔。

3.2 注重保湿
放射线会对汗腺以及油脂腺功能造成一定影响，皮肤可能因油水失衡而出现干燥脱屑。所以，我们要重视皮肤保湿，选择无刺激性乳液来帮助放疗区域皮肤维持湿润状态，以降低干燥脱屑症状的发生率，同时也能起到滋润皮肤、促进受损组织修复的目的。

3.3 避免刺激
放疗过程中，要避免在治疗区域皮肤上涂抹含刺激性物质(如香料、酒精等)的护肤品、药膏或者香水，

以免皮肤受到额外刺激，进而导致相关反应加重。同时，放疗会导致皮肤敏感性增加，而皮肤对紫外线的耐受度会有所降低。因此，肺癌放疗患者要避免被阳光直射，外出时应利用衣物或者遮阳伞来保护皮肤，切勿暴露于日光下。

3.4 减少摩擦
来自衣物的摩擦力及压力也会对皮肤造成损害，放疗患者应选择版型宽松舒适且材质软的衣物，尤其是贴身衣物，以免皮肤反应加重。同时，在选择毛巾时也要以柔软为首要选择条件，使用毛巾擦拭皮肤表面水分时，要轻轻拍干，以减少皮肤受到的摩擦。

3.5 其他注意事项
每日查看放疗区皮肤状态，留意有无红肿、溃疡、渗液等情况，若存在异常感觉，要及时告知医生并积极配合处理。除观察皮肤之外，也要警惕全身症状的发生，如腹泻、乏力、头晕等，感到不适时应第一时间与医护人员沟通，以免情况恶化，引起严重后果。

总而言之，皮肤受损在肺癌放疗阶段较为常见，患者应理性对待这一问题，积极了解放疗后皮肤护理知识，对受损皮肤进行有效护理，为受损皮肤的恢复创造有利条件。

(作者单位系皖南医学院第一附属医院)

儿科呼吸疾病的日常预防攻略

殷宗旺

还可能并发呼吸障碍、扁桃体炎等严重威胁儿童身体健康的病症。

2. 儿科呼吸疾病的日常预防攻略

2.1 做好预防接种
科学合理的免疫接种是现阶段控制防范流感、风疹等传染病的有效应对策略，儿童在家长的带领下有计划有目的地接种疫苗，可很好地规避其感染发病，不仅可以为儿童健康安全提供强有力的保障，还可以很好地避免因感染疾病所致不良后果的出现，对儿童成长发育有着至关重要的作用意义。为此，家长需结合国家免疫规划要求和自家儿童实际情况，严格按照接种时间表带领儿童前往指定医疗机构，接受正确规范地疫苗接种。接种期间，家长应将儿童年龄、体重、既往病史等信息资料详细告知医务人员，以便其可以更全面了解儿童身体状况，从而做出更加专业周到的接种建议，保障理想化接种效果的实现。

2.2 培养强健体质
儿童体质的强健提升既是其有效预防疾病的根本保证，又是其茁壮成长、全面发展的核心所在，而科学饮食、良好睡眠和合理运动共同构成了

儿童体质强健的“三驾马车”。第一科学饮食。家长应综合考虑儿童年龄、身高、体重等多方面的情况，制定个性化的膳食食谱，并结合儿童的成长发育状况，及时调整修改食谱内容，以保障其日常所需维生素、铁、钙等营养物质的充分均衡补给。此外，家长还需严格注意儿童钠盐、脂肪和糖的摄入，尽可能地帮助儿童养成健康科学的饮食习惯。第二良好睡眠。良好睡眠是儿童大脑和身体充分休息的必要条件、关键因素，对生长激素的分泌合成，身身体重的提升增长具有积极影响。所以，家长应高度重视儿童良好睡眠习惯的培养，提高其作息的规律性、科学性，保障其睡眠充足、休息充分。第三合理运动。家长应在条件允许范围内，尽可能多地陪同儿童参加游泳、跳绳、跑步等运动项目，以促进儿童肢体灵活度和协调性的提升，肌肉力量的增强和心肺功能的改善。

2.3 构建良好环境
由于儿童呼吸系统正处于生长发育阶段，相较于成年人有着更高的脆弱性，以致儿童对环境中的污染物十分敏感，故家长需积极营造构建良好的居住环境。勤开窗通风是一种简单

可行且高效的环境改善措施，可有效排除环境中的污染物，提高环境清新度，优化空气质量。烟草烟雾中的有害成分不仅会损伤儿童呼吸系统乃至全身的健康安全，还会在一定程度上污染室内环境，故有吸烟需求的家长应在室外允许吸烟的区域内吸烟，以构建无烟居住环境。

2.4 注重个人卫生
儿科呼吸疾病的发生传播与儿童个人卫生息息相关，而做好个人卫生清洁，尤其是做到勤洗手，正确规范地处理打喷嚏、咳嗽等行为，对呼吸疾病传播的规避和发病的预防十分有益。对此，家长应予以儿童正确规范地洗手指导，于外出归来、餐后便后或接触动物后，使用流动的水润湿双手，随后使用肥皂均匀涂抹指缝、手心手背等部位，并彻底揉搓20-30s，然后用流动的水将肥皂泡沫冲洗干净，最后使用干净毛巾擦干手部，或自然晾干。如做出咳嗽、打喷嚏等行为时，需使用纸巾掩住口鼻，切忌不可直接用手，以防病原菌附着于双手，并将纸巾丢弃至垃圾桶，清洁双手。

3. 总结
综上所述，预防接种、强健体质、构建良好环境和注重个人卫生等举措，在起到预防规避儿科呼吸疾病作用的同时，还可以发挥良好积极的发展促进作用。

(作者单位系太湖县人民医院)

国务院办公厅印发 《关于推动成品油流通高质量发展的意见》

新华社北京2月5日电 为进一步健全成品油流通管理体系，推动成品油流通高质量发展，国务院办公厅日前印发《关于推动成品油流通高质量发展的意见》，提出5方面21条具体举措。

一是完善成品油流通管理制度。对成品油批发仓储经营实施备案管理，制定并严格执行全国统一的成品油零售经营资格准入标准。督促企业严格落实成品油台账管理规定，推进成品油经营企业信用分级分类管理。二是健全成品油流通跨部门监管机制。要求地方各级人民政府建立成品油流通跨部门联合监管机制，落实属地监管职责。严格落实综合行政执法改革要求，明确日常监管和执法职责。推进成品油流通大数据管理体系建设，加强数据共享应用，加快构建涵盖批发、仓

储、运输、零售等环节的全链条、可追溯动态监管体系。三是加强成品油流通重点领域监管。强化安全生产监管，加强环保达标管理，加强质量计量监管。规范互联网销售成品油行为，严厉打击成品油流通领域违法违规行。四是促进成品油流通现代化发展。优化成品油零售网点布局，鼓励大型骨干企业将零售体系向农村及偏远地区进一步延伸，支持农村加油站升级改造。支持加油站因站制宜设立便利店，推出便民洗车、汽配维修及保养等服务，提升网点服务水平。促进成品油零售企业连锁经营，加快绿色低碳转型发展。五是保障措施。要求各地区和有关部门加强组织领导，完善激励约束机制，营造良好发展环境，共同促进成品油流通规范有序高质量发展。

春节消费市场有哪些亮点？ 发票数据告诉你

据国家税务总局5日发布的增值税发票数据显示，春节假期国内消费市场亮点多、活力足。与上年春节假期相比，全国消费相关行业日均销售收入增长10.8%，其中，商品消费和服务消费同比分别增长9.9%和12.3%。

补贴政策加力带动家电家居类商品消费快速增长——

春节假期，在以旧换新政策加力带动下，消费者“焕新”热情高涨，促进家居家电产品消费走高。家用电器和音像器材销售收入同比增长166.4%，其中电视机等家用视听设备同比增长226.8%。手机、智能手表等数码产品纳入购新补贴范围，带动通讯器材销售收入同比增长181.9%。建筑及装潢材料与家居装修相关的商品销售也呈快速增长态势，同比增长15.5%。

旅游服务消费持续较快增长——
春节假期，旅游消费市场火热，旅游相关服务销售收入同比增长37.5%。逛庙会、赏灯会等年俗活动受到更多关注，休闲观光活动、公园景区服务、游乐园服务销售收入同比分别增长81.9%、59.5%、14.1%。

民宿行业结合当地特色为游客提供更加个性化的住宿体验，受到消费者欢迎，民宿服务销售收入同比增长12.6%。

文化艺术体育服务热度上升——
春节假期，各地围绕冰雪、演艺、民俗等主题，开展丰富多彩活动，文化艺术服务销售收入同比增长66.3%。其中，文艺创作与表演服务、艺术表演场馆销售收入同比分别增长83.9%、65.9%。春节假期，体育娱乐及运动健康消费需求较旺，体育场馆服务、体育健身服务销售收入同比分别增长135%和224.1%。

食品类商品消费增势较好——
春节假期，各地食品市场供应充足，粮油食品销售收入同比增长18.9%。百货零售、便利店销售收入同比分别增长5.2%和16.1%。

“春节假期是展望全年经济的一个窗口。各地在春节期间结合地方文化特色，不断创新消费场景，进一步巩固消费回暖势头。”国务院发展研究中心市场经济研究所研究员陈丽芬说，假日市场活跃繁荣，为提振全年经济增添了信心，开了个好头。
(新华社北京2月5日电 记者 王雨箫)

针灸治疗肩周炎：精准、安全、有效

部玉宝

肩周炎是一种常见的肩部疾病，尤其在50岁左右的人群中较为普遍，故又称为“五十肩”。活动受限、肩部疼痛、僵硬感等是该病的主要症状，严重的患者甚至日常生活可能受到影响。作为中医传统疗法之一的针灸疗法，在治疗肩周炎方面有着显著的疗效，该疗法具有精准、安全、有效的特点。

一、针灸治疗肩周炎的作用
肩周炎之患，常与气血瘀滞、风寒湿邪侵扰及局部肌肉紧张痉挛等缘由息息相关。针灸之道，在于精准穴位刺激，以调和人体气血流通，进而活血化痰、驱散风寒、平衡免疫系统，有效缓解肩周炎之困扰。其中：①活血化痰：肩周炎患者的运动障碍与疼痛，往往源自局部淤血的困扰。此时，针灸疗法以其独特的穴位刺激之道，能有效促进血液在患处的加速流转，增强局部的营养与氧气补给，同时加速淤血的代谢与吸收。如此，患者的肩关节活动度得以提升，疼痛亦随之减轻。②祛风散寒：风寒侵袭与肩周炎的发生紧密相连，致使肩关节肌肉与韧带紧绷痉挛。针灸疗法，以其精妙手法刺激穴位，调和肩关节周遭气血，驱散风寒之邪，有效缓解肩周炎症状。③调节免疫系统：针灸疗法能精妙地调节免疫系统，为患者注入更强的抗炎与抗病能力，犹如春风化雨，助力肩周炎的康复之路。

二、针灸治疗肩周炎的方法
针灸疗法针对肩周炎的施治方式繁多，临床医师需依据患者的体质状况与具体病情，精心遴选最为契合的治疗路径。常见方法有：①针刺穴位：这也是针灸治疗肩周炎的基础方法。常用的穴位包括肩髃、肩髃、肩髃、肩髃、外关、合谷等，多数位于肩部周围，通过针刺可以疏通经络、调和气血、缓解疼痛。肩髃穴，坐落于三角肌之颠，当手臂平伸向前或优雅外展之际，隐现于肩峰前下方的温凉凹陷之中；此穴常为臂神经病、上肢瘫痪及肩周炎等疾病的疗愈之光。肩髃穴，位于肩峰后下方凹陷处，按压有酸胀感；可以用于治疗肩关节周围炎、中风等疾病。肩髃穴，位于肩关节后下方，手臂内收时，腋后横纹上一寸，治疗肩周炎效果显著。此外根据肩周炎的分型不同，还可以采用不同的配穴针刺，例如风寒重者可以加风门、风池穴；湿重者可以加曲池、阴陵穴；瘀滞者可以加肩贞、阳陵泉等穴位进行治疗。②电针疗法：是在针刺穴位得气后，接上电针仪，选择适当的波形和频率，增强针刺的刺激作用，进一步促进肩部的血液循环和肌肉放松。电针对于疼痛较为剧烈的肩周炎患者来说止痛效果更好。③艾灸疗法：以艾绒等可燃物质为媒介，在病灶或穴位点燃熏熨，借由温热的抚慰，轻触穴位，旨在疏通经络，驱散寒气，缓解疼痛。艾灸对于寒凝湿滞型的肩周炎效果更显著，可以祛除寒湿，缓解症状。④刺络拔罐：用三棱针在肩部疼痛部位或穴位点刺出血，然后拔罐，以排出瘀血、疏通经络。刺络拔罐能够迅速改善局部气血循环，缓解疼痛，对于肩部有明显瘀滞的患者更为适用。⑤穴位注射：将具有活血通络、止痛作用的药物，如当归注射液、丹参注射液等，注射到肩部的穴位中，增强治疗效果，加速炎症的吸收和消退并缓解疼痛。

三、针灸治疗肩周炎的注意事项
针灸治疗肩周炎的过程中需要注意以下几点，才能更好地保障治疗效果：①选择正规的医疗机构进行针灸治疗，避免在非专业机构接受针灸服务。②根据患者的具体病情和体质制定个体化治疗方案。穴位选择需要结合患者症状、体征、舌脉等信息。③适当配合推拿、理疗、康复训练等治疗方法，相互补充，提高治疗效果。④在接受针灸治疗的同时要注意肩部的保暖和休息，避免过度劳累和肩部受伤。⑤积极配合医生进行康复锻炼，增强肩部肌肉的力量和柔韧性，改善肩关节的活动度，促进康复。

四、针灸治疗肩周炎的临床优势
针灸治疗肩周炎能够迅速缓解疼痛、改善肩关节的活动度，提高患者的生活质量。此外与药物治疗相比，针灸治疗无需口服药物，避免了药物带来的不良反应和副作用；不需要进行手术治疗也减少了创伤对患者预后造成的影响；针灸治疗操作简单易行，无需复杂的设备和仪器，还可以调节机体的免疫功能和神经系统功能，增强身体的自我修复能力，从而预防肩周炎的复发。针灸能够疏通肩周局部粘连的经络，活血化痰，改善肩部肌肉粘连水肿，达到治愈作用。针灸的止痛效果非常明显，尤其对于肩周疼痛的疾病，是特效的治疗方法。针灸治疗可以对肩周累及的肌肉进行针刺和施灸，充分剥离肌肉之间的粘连，使肩部肌肉活动恢复正常，从而改善肩部活动功能并止痛。在治疗肩周炎时，针灸能改善局部的血液循环，消除局部水肿，促进炎症吸收。尤其在肩周炎的急性期和恢复期，针灸治疗的效果更为显著。

综上所述，针灸治疗肩周炎是一种值得推广和应用的有效方法。通过精准、安全、有效的针灸治疗，可以帮助肩周炎患者缓解疼痛、改善功能、提高生活质量，值得临床推广。
(作者单位系望江县中医院)