

利好来了!

海关总署出台15项措施 进一步推动西部大开发形成新格局

新华社北京1月5日电(记者邹多为)西部地区在全国改革发展稳定大局中举足轻重。围绕以大开放促进大开发、促进特色优势产业发展、筑牢国门安全屏障、支持打造一流口岸营商环境等四个方面,海关总署5日出台15项措施支持新时代进一步推动西部大开发形成新格局。

具体措施包括:支持确有需要且符合条件的地区按规定程序申请口岸开放或扩大开放;探索创新江海联运、铁海联运等海关监管便利化措施;支持成都、重庆、昆明、西安、乌鲁木齐等建设国际航空枢纽;加大特色农食产品品牌培育力度,推动蔬菜、水果、茶叶、中药材、酒类等优势特色产品扩大出口;支持保税研发、保税维修、保税再制造、保税展示交易、融资租赁等新业态在西部地区落地;支持西部地区海关与地方共建口岸

岸传染病联防联控机制;加强核生化爆、武器弹药、毒品等领域打私联合整治;支持更多海关改革举措优先在西部地区复制推广等。

海关总署表示,下一步,将指导西部地区海关充分发挥协同联动工作机制作用,推动15项支持措施落地见效,助力优化区域开放布局,合力推进国际物流大通道建设,加快形成陆海内外联动、东西双向互济的全面开放格局。

近年来,随着一系列政策措施落实落地,西部地区开放程度不断提高,外贸实现较快发展。海关总署当天发布的数据显示,2020年至2023年,西部地区进出口总值由2.96万亿元增至3.74万亿元,年均增长8.5%、高于同期全国整体进出口增速1.2个百分点。

伤筋动骨100天有没有科学依据? 喝骨头汤有助于康复吗?

新华社北京1月5日电(记者侠克)在日常生活中,难免磕磕碰碰,甚至伤筋动骨,特别是在寒冷的冬季,如果地面湿滑,极易出现摔伤导致骨折。俗话说“伤筋动骨100天”,当骨骼遭遇创伤发生骨折后,是如何渐渐康复的,是否真的需要“100天”?喝骨头汤有助于康复吗?骨折静养需要一直卧床休息吗?听听专家怎么说。

北京积水潭医院创伤骨科副主任医师陈辰表示,骨折后的恢复周期要看具体位置。大部分骨折在3至6个月内都能逐渐愈合,但有些血液循环不好的部位,如小腿下段骨折、股骨颈骨折、距骨骨折、舟骨骨折等,可能愈合慢一些。

陈辰介绍,在骨折期的30至40天,局部会形成血肿,被软组织包围,血肿里的成骨细胞、破骨细胞提供活性物质进行骨的重塑,可能会直接成骨,也有可能形成软骨痂,软骨痂逐渐变成硬骨痂。“一般2至3个月就能通过X光检查看到骨痂。在后期稳定的情况下,通过应力不断刺激,结合日常功能锻炼,最终逐渐形成自己的骨头。”

北京清华长庚医院骨科与运动医学中心主任医师余家阔说:“常说的‘伤筋动骨100天’实际上也就是三个多月的时间,对于骨折愈合是必经的过程,是很有道理的。”

喝骨头汤是否有助于康复?余家阔说,在骨折恢复过程中,现代生活中的营养结构已经足以维持骨折后的修复。有的患者为了补钙喝骨头汤,对骨折的愈合具体有多少好处,目前还没有明确的科学依据,也没有研究证明天天喝骨头汤的患者就不比不喝骨头汤的患者恢复快。

余家阔表示,骨折后无论是手术治疗还是固定保守治疗,都要进行适当的功能锻炼,给予一定的刺激帮助恢复,但要注意前提条件是不影响骨折处固定的可靠性。另外,一定不能躺着不动,长期不动就容易形成血栓,甚至发生严重的肺栓塞,危及生命。

专家表示,骨折以后越不锻炼越容易肿胀,本身成骨的时候需要大量的血管长入,如果不锻炼,肌肉和筋膜都会萎缩,血运丢失、血管变细,局部的水肿无法被吸收,就会持续肿胀。

“后期瘢痕挛缩,一锻炼又会疼,反而会抑制病人锻炼,很容易形成恶性循环。所以在骨折术后早期2至4周之间就要开始进行功能锻炼。”陈辰说,不能因为等待愈合而放弃锻炼。对于下肢来说,一定程度的负重刺激对于骨折恢复反而有好处。

春节消费热潮将至 消费者要谨防虚假打折

新华社太原1月5日电(记者马晓媛)春节临近,各地逐渐迎来消费热潮。太原市消费者协会近日发布消费提示,提醒消费者科学、理性、健康消费,特别是节日期间商场促销活动多,消费者要留意商品是否明码标价,谨防虚假打折。

太原市消协提醒,外出采购年货应选择具有有效《食品经营许可证》的超市、商场,以及具有合法经营资质的集贸市场等场所;购买预包装食品时,要留心外包装上的品名、产地、厂名、生产日期等标识是否齐全,外包装有无破损,是否在保质期限内;选购散装食品时,不选购无标签标识、外观性状不正常、超过保质期的散装食品。

遇促销活动时,消费者应注意核实赠送优惠券的适用范围、活动期限、优惠是否叠加等信息,以防附加不合理条款;消费者应冷静对待商家推销手段,按自己实际需求理性购物;办理预付卡要谨慎,要注意考察经营者的信誉度及经营状况,办卡时要约定好商品或服务的数量质量、价款费用、履行期限和方式、售后服务、违约责任等内容。

不少消费者还在筹划外出旅游过节。太原市消协提醒,出行前准备要做充足,提前了解途经地、目的地天气、交通、景区开放情况和门票预约措施,合理规划旅游线路和时间。跟团游要选择有经营资质的旅行社、酒店、游乐场所和有营运资质的交通工具。

2024年海南游客总花费超2000亿元

外国游客在位于海南保亭的呀诺达雨林文化旅游区游玩(2024年11月1日摄)。

近日,海南省旅游和文化广电体育厅发布数据:2024年海南旅游经济高开稳走,预计全年接待游客9720万人次,同比增长8%,其中接待入境游客超100万人次,同比增长超100%;游客总花费2040亿元,同比增长12.5%,展现出海南旅游市场的强大韧性。

新华社记者 蒲晓旭 摄



爱护老人,
从我做起