

# 两岸携手在厦金海域举行大规模海陆空联合搜救演练



来自大陆的专业救助直升机放下专业救援人员进行海上救援

新华社厦门9月16日电(记者林甦余瑛瑞)海峡两岸海上搜救部门16日在台湾海峡的厦门、金门附近海域举行联合搜救演练。两岸10余艘船只和3架直升机参与的这次大规模海陆空联合演练旨在保障“三通”，维护台湾海峡航运安全。

“2010年海峡两岸海上联合搜救演练”由两岸海上搜救力量共同策划、组织并参与完成，并实现同台指挥和观摩。参演力量包括两岸搜救船舶14艘、救助直升机3架，模拟事故船舶2艘。主演练区域约6.2平方公里，两岸海上搜救有关单位的400余人参加演练。

演练模拟一起对两艘直航客货船相撞事故的搜救援助。两岸海上搜救机构收到事故报警并协调后，启动应急预案展开搜救行动。船舶遇难求救，接警及险情信息核实，应急响应与沟通协调，搜救组织，海上搜寻，人命救助，医疗救护，船舶消防，善后与恢复等8个科目在演练中交错开展。

海峡两岸航运交流协会、中国海上搜救中心、中华搜救协会、金门县政府、厦门市政府等单位共同执行此次联合演练。

近年来，随着企业整合重组、主辅分离、减员增效、跨越发展战略的逐步实施，职工的思想状况受到了很大的冲击，企业思想政治工作出现了许多新情况、新特点、新问题和新矛盾。如何直面现实，有针对性地开展思想政治工作，是我们面临的新课题。思想政治工作者必须适应市场经济条件下快速发展的要求，面对新的形势，认真探索新的途径。

1.建立健全企业思想政治工作网络。一是要进一步强化党委对思想政治工作的领导责任，实现党组对思想政治工作的领导。通过制定总体规划，确定方针目标，部署重大任务，建章立制等形式，加强宏观指导。二是要培养具有过硬能力的一支思想政治工作队伍。强有力的思想政治工作要靠一支优秀的队伍去实现，因此企业要采用各种方式对政工队伍进行思想政治工作方面的系统知识培训，并在实际工作中给他们交任务压担子指路子搭梯子，及时和他们一起总结经验，要引入竞争机制，选拔出热爱思想政治工作、业务素质又比较高的政工干部，促进政工队伍的新陈代谢。

2.坚持将人力资源管理和思想政治素质的提高有机结合。在做企思想政治工作过程中，要真正把思想政治工作同企业人力资源充分结合，充分发挥人才激励机制的作用。要考虑思想政治工作的特殊

# 努力做好新形势下企业思想政治工作

●李广春

性，坚持物质利益和精神利益相统一，定性分析与定量分析相统一的原则，同时，还应加大政工干部和专业技术干部的岗位交流力度，一方面促进干部的全面成才，培养综合能力，另一方面可提高对思想政治工作地位作用的认可。

3.树楷模、扬正气、大力加强正面宣传，增强企业思想政治工作的凝聚力。一是要认真做到坚持用马列主义、毛泽东思想、邓小平理论、江泽民“三个代表”重要思想和科学发展观武装职工头脑，坚持进行“爱国主义、集体主义和社会主义”教育职工，使职工能够正确处理好国家、集体、个人三者之间的关系，从而使其以更高的热情投入到企业的发展建设之中。二是要对那些安全生产、经营管理中做出重大贡献的劳动模范、先进工作者树形象、做宣传，使广大职工对“先进”有真实的认识和感受，同时，对职工中的违章违纪等不良形象也要予以上榜、曝光，充分发挥“榜样”的示范作用。三是要把独特的企业精神与职工的个人发展需求紧密结合起来，引导职工实现自我价值，要支持职工参加自学成才、岗位成才，要构建职工创业平台，满足职工自我发展需要。

4.进一步加强新形势下思想政

治工作的针对性。要紧紧围绕企业中心工作，根据不同时期不同阶段的任务、及时调整思路、创造性地开展工作，始终把握工作的主动性。一是要大张旗鼓、始终不渝地加强形势任务教育。根据企业改革精神，结合本企业具体实际及时利用各种手段，对企业改革中面临的困难，提高企业经济效益需要具备的条件、面临市场的挑战等诸多问题进行宣讲，使职工感到企业需要大家团结一心、共度难关，及时获得职工的认同、理解。二是要充分坚持“思想政治工作到现场入人心”的原则。充分发挥党团和工会组织的作用，深入基层调查研究、掌握职工思想动态，将企业改革的方案、政策、办法、措施都向职工交底，将“情”“理”紧密结合起来，上下沟通、解疑释惑、化解矛盾、理顺情绪，及时、切实地解决他们工作和生活中的实际困难。三是要有良好的工作作风。俗话说：“好话一句寒风暖”，在做职工思想工作的过程中，我们时时处处应该做到和蔼可亲、循循善诱，常做换位思考，保证思想工作到人心。

5.充分发扬民主管理，进一步增强企业思想政治工作的战斗力。职工在企业改革中非常关心企业

的生产经营、内部管理及重大决策，对企业内的一些主要决策有自己的看法和建议。这方面，要畅通各种渠道，充分发挥职工代表大会的职能和作用，凡涉及到职工切身利益的问题要及时公开，通过让职工及时了解有关政策，并参与企业的民主管理、监督等形式，去赢得职工的理解和信任，激发职工对企业的认同感、自豪感，促进思想政治工作的有效进行。

6.进一步创新思想政治工作的内容、方法和渠道。随着社会主义市场经济的日趋完善，企业职工的思想观念也日趋呈现出多元化。这就要求我们思想政治工作者要注重教育内容的及时调整，尽量利用职工喜闻乐见的形式，将相关内容融合，以新颖的手法，根据职工文化和精神需要，深入开展富有成效的思想政治工作，切忌呆板、生涩，为做而做。这就要求我们对思想政治工作在考核上，要看安全生产、经营管理人员完成得如何、企业改革发展的措施执行得如何、要看职工的精神面貌好不好、单位的风气正不正、要看职工队伍的工作作风实不实、要看思想政治工作主题活动搞得好不好、要看政工队伍勤奋敬业好不好、力量足不足；在检查上，要把定期检查和随机抽查结合起来、要把听取领导汇报和听取群众意见结合起来，把查阅资料和测评测试结合起来，把现场检查和查后分析评估结合起来；在监督上，要建立理论学习制度、动态分析制度，定期召开职工思想动态分析会议，采取综合调查方法及时了解职工思想动态。

7.突出思想政治工作的实效性。做好思想政治工作的最本质要求就是实现生产经营和思想政治工作的有机结合，将思想政治工作融入、渗透、结合、作用于职工的生活、学习、直至企业的生产经营，决策管理等全方位、全过程，使思想政治工作促进安全生产、经营管理工作。要深刻了解职工思想问题产生的动因，建立联动、互动机制，切实做到职工生活需要什么、企业生产经营需要什么，思想政治工作就研究什么。真心实意地关心职工群众，能够解决的问题和困难一定要解决。对有实际效果的活动就要多搞、多抓，没有实际效果的活动坚决不搞，真正做到思想政治工作科学、有效，要努力防止“两张皮”“两颗心”“两股劲”等弊端，确保思想政治工作的实效性。

(作者单位：黄泛区农场)

# 新时期领导干部要以学习为先

●郭艳玲

学习不仅是人生的第一需要、工作的第一动力、从政的第一手段，也是继阳光、空气和水之后已成为生活的“第四要素”。面对知识创新这样的新形势，各级领导干部既是参与者，也是促进者，因此，要树立终身学习的理念，不管时间多紧、工作多忙，都要挤出时间学习，努力掌握和运用一切科学的新思想、新知识、新经验，否则，就跟不上时代潮流，就会落后于时代，甚至被时代所淘汰。

孔子曰：“仕而优则学，学而优则仕。”学习是为官之基、从政之本，非学无以广才，无识不可为官。为官从政，一定要以学为先。正如广西壮族自治区党委书记郭声琨在第14个“世界读书日”给全区领导干部推荐并赠送两本书时所说：“无论是对于一个人、一个组织，还是对于一个民族、一个国家，读书的重要性都不言而喻。事有所成，必是学有所成。学有所成，必是读有所得。”领导干部要增长才干、增强本领、提高素质，就要坚持学习。要有学而不厌的毅力，力戒浮躁，多读书、读好书。通过学习，不断扬弃旧义、探求真知、丰富知识、提高品位。领导干部属于公众人物，其能力高低、见识高下、行事作风，不仅代表个人形象，往往代表的是党的形象、政府的形象。从这点可以看出，学习对领导干部的重要性。没有文化知识，就很难为官或根本不可能成为一个有识有为、受群众拥戴的好干部。作为领导干部，每天要处理繁杂的事务性工作，因此就需要不断学习，改善自己的知识结构，提高自己的政治素质，如果一名党员干部连国家的政

策措施都“消化”不了，怎么能传达给普通百姓呢？承担相关的工作，难免不出差错。但不少人对学习没有引起足够的重视，认为学不学无所谓，不学习照样干工作；有的以工作忙为借口，没有时间学习；有的则认为应酬太多，搞好“关系”更管用；有的学习不深入，满足于知半解、装点门面，因而浅尝辄止。这些情况必须改变，应抓好学习能力建设，增强学习的危机感、紧迫感，充分认识学习的重要性、必要性和紧迫性。当今是一个知识更新日新月异的时代，如果不加强学习，就意味着保守；不重视学习，就无法适应新形势、新任务、新要求。

然而，有不少干部把大量的时间浪费在牌桌、酒桌上，这种行为不仅影响了党和政府的形象，也影响了机关的办事效率。试想，一个不爱学习、不愿学习、不善学习的人，拿什么去执政为民？作为新时期领导干部，要用学而乐思的精神，认真琢磨、反复思量，总结心得、汲取营养。只有坚持学习，学有所得、学有所长、学有所成，才有可能成为一个有识有为的好干部；只有在学习上先走一步、快走一步，才有可能先于他人掌握新知识、新资讯和新技能，先一步提高自身能力和工作水平，在工作上和事业上保持优势。

学习是进步之基，是提高素质之本。通过学习，掌握更多的知识，提高各方面的能力，这不仅仅是个

人行为，而且是一种社会行为，是一种历史和社会的责任。学习，对于领导干部而言，不仅仅是关系着个人的成长进步，而且也关系着党的事业的兴衰成败。决定一个人的成功与否，有两个前提或者说两个先决条件，其一是自身应具备的素质；其二是外部机遇。而这两者都是建立在不断学习的基础上的，没有不断的学习积累，就谈不上所谓素质；没有过硬的自身素质，外部机遇来了也会从手中滑过。因此，我们必须树立新的学习理念，由“要我学”向“我要学”转变，由“拥有文凭”向“拥有能力”转变，由“一劳永逸”向“学无止境”转变，由“学习什么”向“学会什么”转变，努力做勤奋学习的表率。作为领导干部要与时俱进，跟上社会的步伐，跟上世界的步伐，要明确学习目标，端正学习态度，并不断付诸于行动。在学习的过程中，难免会遇到各种挫折，不要气馁，不要退缩，而是要虚心向他人请教。在条件允许的情况下，还可以互相激励、共同发展，对于专业性的学习，更要精益求精，通过各种方法来强化自己的学习。领导干部要从自己的工作出发，找准学习与工作的最佳结合点，使工作学习化、学习工作化，让学习和工作相互促进、相得益彰。通过学习，使自己百思不得其解的问题得到解答，把别人的智慧化为已有，从而创造性地开展工作，使工作更

加富有活力和创造力。英国著名哲学家培根有句名言：“知识就是力量”。这句话已被无数事实证明。即使在当今的知识经济时代，仍然具有深刻的现实意义。知识的力量只有付诸实践才能生效。知识不能只挂在嘴边，关键在于学以致用，在于和实践相结合，更好地指导实践，在实践中见成效。学以修身、学以资政、学以经世。只有把学到的新知识用于实践中，才能转化为全面建设小康社会、建设社会主义和谐社会的能力，转化为推动党的执政建设、先进性建设的能力，转化为推动社会发展的动力。

为官从政学为先。学习是一个永恒过程。我们选择了学习，就选择了进步，选择了时尚，选择了智慧。学习是一种艰苦的、认认真真的、实实在在的事，要有一种愚公移山、锲而不舍的精神。活到老，学到老，生命不息，学习不止。作为领导干部，我们只有把学习当作一种人生态度，一种神圣职责，一种精神境界，一种终身追求，学习、学习、再学习，才能与时俱进，永不落伍。(作者单位：项城市道路运输管理处)

# 周口市地税局 温馨提示

- 向个人支付应纳税所得的所有单位和个人均应当安装个人所得税信息管理系统，申报缴纳个人所得税。
- 单位和个人应当对员工的支付所得信息和基础信息，按规定向主管地税机关实施全员全额扣缴明细申报。
- 对单位和个人未按照规定安装个人所得税管理系统或办理申报的，由主管地税机关按照《征管法》规定进行处罚。

## 标题新闻

- 巴以领导人在耶路签署自由贸易协定 撤冷举行直接谈判
- 韩国总统提名金滉植为新总理人选
- 非盟委员会主席批评发达国家未履行发展援助承诺
- 土耳其东南部公共交通汽车遭爆炸袭击8人死亡
- 欧盟同意与韩国签



金色大地  
迎丰收 9月15日，广西凤山县平乐瑶族乡洪力村农民在稻田里收割稻谷。金秋时节，广西凤山县4.9万亩中稻陆续成熟，一片片金黄的稻田，呈现一派丰收景象。新华社发

# 周口市中心医院

## 女性疾病的预防及保健

孕期保健是优孕、优产、优育的主要环节，是近代医学发展起来的优生学、围产医学的重要组成部分，大量的中医典籍和妇产科专著对孕期摄生作了多方面的研究，提倡孕期保健，重视孕期摄生，结合有关保健的知识，介绍孕期摄生如下：

1.调饮食，节嗜好：孕妇的饮食富于营养，肉类、蛋类、豆类含有较多的蛋白质，蔬菜、水果含有大量维生素和粗纤维等、应搭配食用，不可偏食，否则影响胎儿的发育和孕妇的健康，其它含有刺激性的食物也应少食，孕期最好不要吸烟，包括二手烟，因为烟对胎儿有直接致害作用。

2.慎起居，舒服饰：孕妇睡觉要充足，每天保持睡眠8~9小时，中午应休息一小时。但不宜久卧久睡，应早睡早起，孕妇在分娩前两周应休假，起居应注意室温，不宜烈日下暴晒或淋雨、涉水。不宜提携重物和攀高履险，孕妇的衣服要宽广柔软，不宜紧束胸腰，以免影响气血运行和胎儿发育。

3.戒房事、防染病：妊娠早期和产前3个月应忌房事，以免引起流产或早产、孕妇不宜经常往来于公共场所或空气污染严重的地方以防传染病的发生，因为有些疾病可以损害胎儿或致畸形，污染的空气对孕妇的健康和胎儿的发育都要有一定的影响。

4.慎用药，防致畸：孕期有病需用药时，最宜慎重，现已发现上千种药物可以损害胎儿或致畸，中药的使用除“禁用”，妊娠禁忌药外。还应注意其中成药中含禁忌药的成份则应禁用或慎用。

5.畅情志、适运动：孕妇的心情应条达舒畅，避免精神刺激、休息时听听音乐，看看美丽的图画或到空气新鲜阳光充足的地方散步，适当的参加劳动和运动，以助血脉流畅，但在临产时又当惜力养神。

6.讲卫生、勤检查：孕期应勤换衣服，常洗澡，清除皮肤的排泄物，以洗淋浴为宜。怀孕七个月

易于入侵，稍有感触每易致病，故产妇尤应注意起居，寒温的调摄、居室空气应流通，但不宜当风坐卧，以免虚邪贼风侵袭，夏日更不可紧闭门窗或衣着过厚，以免中暑，产后多汗，应及时用干毛巾揩干和勤换内衣，产褥期(8周内)不可同房，以免发生生殖道感染，对人流和药物流产能的，也应注意休息，忌房2周，避免继发感染，导致盆腔炎或继发不孕。

4.保持外阴清洁：产后3周内，恶露未尽，子宫未复旧，邪气易直犯子宫，故必须注意局部的清洁，每天应冲洗或擦洗外阴。恶露干净后，也应经常保持阴道清洁，预防感染。

5.哺乳期摄生

1.保持充足的乳汁：母乳是婴儿最理想的食品，故应特别重视乳腺的保护，使婴儿得到充足的母乳喂养，母乳营养丰富，温度适宜，最适合婴儿的营养消化和吸收，故应鼓励母乳喂养。

2.注意乳房卫生：在每次喂哺婴儿前应用温水或淡盐水清洗乳头以免将不洁之物带入婴儿口内，若乳汁充足哺乳后仍有余乳，可将剩余乳汁挤出或用吸奶器吸空，以免乳汁淤积而发生乳房，此外，刚开始哺乳时，乳房往往胀硬疼痛，宜局部热敷使乳络通畅，乳汁得行，不致瘀积成痈，若发生乳头皲裂，可服用10%鱼肝油铋剂或消毒香油局部涂擦敷。

3.按时喂奶：产后12~24小时即可哺乳，一般每隔3~4个小时一次，每次15~20分钟，整个哺乳期通常10~12个月；长期哺乳，乳汁营养下降，不能满足婴儿要求，而且也会消耗乳母气血，影响乳母的健康。

4.哺乳期用药及避孕的问题：现已证明许多药物可以经过母乳的血液循环进入乳汁，故哺乳期用药宜审慎，有些药物服用剂量不大或时间不长，则对乳儿健康多无大影响，不哺乳的母亲在

产后2~4个月可恢复月经，哺乳的母亲月经一般恢复较迟，但不可靠延长哺乳来达到避孕的目的。一般产后3~6个月以后就可以放置节育环，哺乳期不宜口服避孕药，以免影响乳汁的分泌。

### 六、更年期摄生

更年期妇女的生育机能逐渐衰退，多数健康妇女可以顺利度过更年期，也有少数妇女不适应更年期的生理变化而出现一些病症，因此，加强此期身心健康，可以预防绝经前后诸症的发生。

1.修身养性，舒畅情绪：要解除不必要的思想负担，防止精神过度紧张，避免不良的精神刺激。做到少思虑，勿动怒，保持心情舒畅，心意平和。

2.劳逸结合、锻炼有常：通过散步、打太极拳、练习气功等运动量不大的体育活动来锻炼身体，调节生活，改善睡眠和休息。

3.定期做妇科检查：更年期常出现月经紊乱，但不能一般以此为断经前的现象，需定期作妇科检查及防癌的检查，新柏氏检查，此项检查一般30岁以上的已婚妇女一年要定期检查一次，对于早婚早育的最好也要做定期检查，联合筛查HPV-DNA使宫颈癌筛查率可达100%。对一些不明原因的阴道出血、不可轻率用经断前后诸症来解释，而应进一步检查。

### 七、老年期摄生

妇女在渡过更年期以后，月经完全绝止，身体各方面衰退现象更加明显，这时就进入老年期，此期的摄生要注意：

1.饮食清淡，合理营养，老年人饮食要清淡，易于消化，质高而量少，适当多吃蔬菜和植物油，不宜食辛辣香燥，肥厚甘厚的食物，因其既难消化又易生热，生湿，生痰，导致脾胃损伤，痰湿阻滞，发生消化不良，慢性腹痛，长期便秘等病证。

2.动静结合、起居有常：老年人即要注意休息，也要适当劳动，多参加一些适合老年人的体育运动和散步、练习气功，打太极拳等，生活起居要有规律，避免不良气候的影响，情绪要乐观，思想要开朗，这样就能体无大病，安度晚年。

(周口市中心医院中医妇科 崔明)