



市委常委会举行会议 学习贯彻习近平总书记重要讲话精神 研究部署我市党纪学习教育等工作

市委书记袁家军主持并讲话

4月12日下午，市委常委会举行会议，深入学习贯彻习近平总书记在参加首都义务植树活动时、在中央政治局会议上的重要讲话精神，学习中央党的建设工作领导小组会议精神，听取全国巡视工作会议精神和市委常委会班子开展党纪学习教育工作安排，研究部署我市开展群众身边不正之风和腐败问题集中整治等工作。

会议指出，要学深悟透习近平总书记在参加首都义务植树活动时的重要讲话精神，深刻领会把握增绿就是增优势，植树就是植未来的重要要求，因地制宜植绿增绿，筑牢重庆绿色本底。深刻领会把握扩绿、兴绿、护绿并举的重要要求，精细化推进国土空间绿化，提质建设长江“两岸青山·千里林带”，大力发展林下经济、林下产业，努力打造“两山”转化重庆方案。深刻领会把握绿化祖国要人人尽责的重要要求，推动林长制全面见效，全力做好森林防火工作，共同为新重庆建设添彩增绿。

会议指出，要一体学习贯彻习近平总书记关于巡视工作重要讲话精神、全国巡视工作会议精神和新修订的巡视工作条例，推动全市巡视工作高质量发展。要把坚决拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”作为巡视工作一贯到底的根本出发点，坚守政治巡视定位，深入查找政治偏

差，持续修复净化政治生态，确保“总书记有号令、党中央有部署，重庆见行动”。要发挥巡视“利剑”作用，紧扣落实国家重大战略、推动高质量发展、全面提高党的领导力和组织力开展巡视，持续整治不作为、慢作为、乱作为等问题，以高质量巡视监督支撑保障现代化新重庆建设向纵深推进。要扎实有效做好巡视“后半篇文章”，层层传导巡视整改责任，跟进强化监督，做到件件有着落、事事有回音，实现以巡促改、以巡促建、以巡促治。要以新理念新机制新方法重塑提升巡视综合监督效能，迭代“巡视问题清单”，构建完善横向到边、纵向到底联动监督格局，强化数字赋能，推动巡视工作理念、方法、机制创新。要加强和改进国资国企监管监督体系，纵深推进全面从严治党，压实管党治党责任，完善投资管理和风险管控机制，构建多跨协同国资监管体系。要认真做好巡视工作条例学习贯彻，开展中央巡视反馈问题整改评估验收，高质量完成市委巡视任务。

会议强调，开展党纪学习教育，是加强党的纪律建设、推动全面从严治党向纵深发展的重要举措，是抓好重庆党风廉政建设的重要抓手。习近平总书记多次发表重要讲话、作出重要指示，为开展党纪学习教育提供了重要遵循。要坚决把思想和行动统一到党中央决策部署上来，以党纪学习教育为契机，推动全市党员干部强化纪律意识、党性意识，增强政治定力、纪律定力、道德定力和抵腐能力，坚决拥

护“两个确立”、坚决做到“两个维护”。要以党纪学习教育推动管党治党全面提质增效，引导党员干部树立和践行正确政绩观事业观，盯住“关键少数”落实落细党纪学习教育责任，持续修复净化政治生态，把党纪学习教育有效转化为一体推进不敢腐、不能腐、不想腐效能。要强化组织领导，突出以上率下，抓好以案促学，做好宣传引导，力戒形式主义，不折不扣推动我市党纪学习教育一贯到底。

会议强调，要突出目标导向问题导向结果导向，高标准严要求开展群众身边不正之风和腐败问题集中整治，解决群众反映强烈问题，推动惠民强企政策落实，释放一严到底强烈信号。要突出标本兼治推动集中整治走深走实，提升基层治理效能，强化制度刚性约束，改革创新纪检监察机制，涵养清廉政治文化，推动全面从严治党向基层延伸。要把集中整治纳入党建统领工作体系，层层压紧压实责任，确保实现政治效果、纪法效果、社会效果有机统一。要深刻领会习近平总书记有关重要指示精神，举一反三抓排查整改，加大典型问题通报力度，抓好全链条防治形式主义制度建设，纵深推进整治形式主义为基层减负工作。

会议听取二季度中央层面整治形式主义为基层减负专项工作机制会议精神和市委贯彻落实工作汇报，审议重庆市深化农村改革行动方案、重庆市规划建设保障性住房实施方案、重庆市积极稳步推进城中村改造实施方案。

新重庆-重庆日报记者 杨帆

警惕这十种身体预警信号！ 重庆2024版防癌指南建议来了

今年4月15日~21日是第30个全国肿瘤防治宣传周，主题是“综合施策，科学防癌”。4月12日上午，重庆市癌症中心和重庆大学附属肿瘤医院联合发布《重庆市居民常见恶性肿瘤筛查和预防指南(2024版)》(以下简称《科普指南2024版》)。

这份指南结合重庆地区实际情况，针对肺癌、乳腺癌、结直肠癌、肝癌、宫颈癌、甲状腺癌等25个常见恶性肿瘤，分析高危人群，提出预警信号，给出筛查建议。

由重庆市卫生健康委员会指导，重庆大学附属肿瘤医院、重庆市肿瘤防治办公室主办的2024年重庆市全国肿瘤防治宣传周启动仪式4月12日在重庆市渝北区举行。

与以往版本不同，《科普指南2024版》在原有的25个癌种的高危人群、筛查建议的基础上进行了升级，新增了“预警信号”部分，帮助民众识别日常生活中身体发出的“癌症信号”，让民众能够更加全面地掌握肿瘤防治核心知识，并帮助市民实现癌症的早发现、早诊断和早治疗。

三分之一的癌 早期发现完全可根治

我国恶性肿瘤发病率和死亡率不断上升，已成为严重威胁中国人群健康的主要卫生问题之一。2022年，重庆市新增恶性肿瘤确诊病例10万例，报告死亡病例超过5.7万例，且总体均呈上升趋势。在重庆，发病前十位的恶性肿瘤依次是肺癌、结直肠癌、肝癌、乳腺癌、甲状腺癌、食管癌、胃癌、宫颈癌、脑及神经系统肿瘤和淋巴瘤。

然而，在医学不断进步的今天，癌症已不再是人们传统认知中的绝症。重庆大学附属肿瘤医院院长徐波表示，癌症实质上已成为一种可预防、可筛查、可治疗的慢性疾病，其发展大多需要数年时间，这为我们提供了预防和控制的契机。

世界卫生组织也明确指出，至少三分之一的癌症是可以通过预防措施避免的，三分之一的癌症若能在早期发现，则完全有可能得到根治。徐波院长表示，“预防为癌症控制提供了最具成本效益的长期攻略。”对于高发癌症如肺癌、乳腺癌和甲状腺癌，如果能在早期进行发现和规范治疗，患者的五年生存率可以高达90%以上。

“即使癌症的发生无法完全避免，但通过早期诊断和治疗，我们仍有可能在癌前病变阶段就及时发现并治愈它。”徐波说。

癌症有无预警信号？ 指南教你自查十种信号

既然早期发现能够预防大多数癌症走到无法挽回的地步，那么应该怎么发现身体的“不对劲”呢？确诊癌症之前，是否有预警信号？

对此，重庆大学附属肿瘤医院肿瘤内科主任李咏生表



《重庆市居民常见恶性肿瘤筛查和预防指南(2024版)》发布 受访者供图

示，虽然不同癌症的症状各异，且多数癌症早期无特异性表现，但身体出现的某些“预警信号”不容忽视。一旦出现这些症状，应及时到正规医院进行检查，以明确罹患癌症的可能性。

这些信号可能包括：

- ① 身体浅表部位出现的异常肿块；
- ② 体表黑痣和疣等在短期内色泽加深或迅速增大；
- ③ 身体出现哽咽感、疼痛等异常感觉；
- ④ 皮肤或黏膜出现经久不愈的溃疡；
- ⑤ 持续性消化不良和食欲减退；
- ⑥ 大便习惯及性状改变或带血；
- ⑦ 持久性声音嘶哑、干咳、痰中带血；
- ⑧ 听力异常，流鼻血，头痛；
- ⑨ 阴道异常出血，特别是接触性出血；
- ⑩ 无痛性血尿，排尿不畅等。

结合重庆居民生活习惯 指南给出十大抗癌建议

癌症防治与养成良好的日常生活习惯息息相关。目前已知的致癌风险因素包括：吸烟、缺乏运动、不良饮食习惯、肥胖和超重、酒精、感染、环境污染、职业暴露等。因此我们根据世界卫生组织有关癌症研究，结合重庆居民生活习惯，向广大市民提出十大抗癌建议：

1. 保持健康的体重；
2. 每天至少运动30分钟，不要久坐；
3. 多吃富含全谷物、蔬菜、水果、豆类的食品，每餐有2/3植物性食品；
4. 限制盐分(钠)摄入；
5. 合理膳食，适量红肉(如牛肉、猪肉、羊肉)，避免食用加工肉类；

6. 限制饮用含糖饮料，限制高能量食物摄入(尤其含糖高或纤维素量低或高脂肪的加工食品)；
7. 不吸烟、限制饮酒；
8. 对于防癌，不要用补品(所谓“防癌食品”和“防癌保健品”)；
9. 尽量母乳喂养；
10. 在确诊癌症后，请遵循医生建议，规范治疗。

据了解，重庆市肿瘤防治科学传播专家团在更新《指南》内容时，不仅结合了重庆地区的实际情况，还切身从普通民众的角度来编写内容。徐波院长表示，“该指南从高危人群、预警信号和预防筛查三个方面入手，以简洁、权威且易懂的语言普及防癌抗癌知识，是公众识癌防癌的口袋书。”市民可依据个人实际情况，对照指南中的高危因素，警惕各种癌症的危险信号，并积极参与癌症筛查，从而有效预防和控制大部分常见恶性肿瘤。

据新重庆-华龙网

相关新闻

重庆这些医疗机构 均纳入院前急救网络 承担院前急救任务

近日，重庆市卫生健康委员会印发《重庆市突发事件医疗应急工作管理办法(试行)》(下文《办法》)。《办法》提出，重庆在全市建立市—区域—区县三级应急救治体系，建立市—区域—区县—机构突发事件应急医疗物资储备体系。同时，全市二级及以上公立医院，符合条件的乡镇卫生院和社区卫生服务中心均纳入院前急救网络，承担院前急救任务。

《办法》提出，当出现突发事件时，医务人员应当按照相关规范和标准对伤病员进行初次检伤分类、持续评估，分别用绿、黄、红、黑四种颜色，对轻、重、危重伤病员和死亡人员进行分类，标记在伤病员或死亡人员的手腕或脚踝等明显部位，以便按照类别开展处置。危重症患者标红色标，应第一优先处置、转送；重症患者标黄色标，第二优先处置、转送；轻症患者标绿色标，可第三优先处置、转送；死亡者标黑色标。在确保安全的前提下，按照“最快到达”原则将伤病员迅速转送至具备治疗条件的医疗机构。伤病员救治应按照集中伤病员、集中资源、集中专家、集中救治的“四集中”原则，首选收治在医疗救治能力和综合水平强的二级以上综合医院、中医医院和中西医结合医院，成立医疗救治工作组，统一指挥、统一部署、统筹资源开展医疗救治工作。

根据分级分层分类救治的原则，相应的卫生健康行政部门组织成立专家组，对伤病员病情进行评估，重症患者应按照“一人一策”原则进行救治，必要时开展多学科会诊和远程会诊，保证救治质量。同时，做好伤病员及家属、工作人员等重点人群以及公众的心理援助工作。

新重庆-上游新闻记者 石亨