

◆ 科普知识

避免“道”路事故 远离肠癌

肠道就像是道路，平时大家吃下去的食物在这里畅通无阻地驶过，但时间久了路面难免也会出现问题，甚至发生肠道的交通事故，而其中后果最为严重的就是肠癌了。

国家癌症中心最新的数据显示，我国肠癌发病率逐年上升。随着物质水平的不断提高，肠道这条道路上车水马龙，肠道的道路安全问题也越来越值得大家重视。

如果大家能够重视肠道健康，遵守肠道的交通规则，加强肠道的道路养护，就能够避免肠癌这个交通事故的发生，让我们的肠道畅通无阻，保持健康活力。



肠癌可以发生在肠道的任意部位，但它通常发生在结肠或直肠的肠壁上，而且在早期通常没有明显的症状。

这就好比路面上长了一点杂草或是小的路面破损，在一开始的时候并不会有什么问题，机动车、非机动车、行人仍然通行自如。随着杂草的生长（杂草或破损越来越严重），影响到肠道管腔（杂草、破损已经破坏道路影响机动车、行人的通行），导致明显的狭窄了，才会有典型表现。

道路出问题，要及时处理。道路事故有不同类别，有的是车祸导致拥堵，有的是路面障碍，还有的是路面下的水管破裂。

而根据肠癌病变位置以及性状的不同，患者也可能出现腹部疼痛、腹泻、便秘、便血等不同症状。

这就正如道路问题如果不及时处理，可能会导致更大的交通问题，甚至运转失灵，肠癌如果不及时治疗，癌细胞可能会扩散到其他部位，如肝脏、肺部等，造成更加严重的后果。

做好定期保养，保证道路通畅

肠癌有很多高危因素，年龄

是其中的重要因素。肠癌的发病率随着年龄的增长而增加，尤其是50岁以上的人群。因此，适龄及高危人群需要定期进行肠癌筛查，以便及早发现和及时治疗。

正如道路上的问题也同样需要通过定期检查道路、车辆状况来及早发现问题并纠正，避免等到损害严重或者发生事故才发现问题的。

不良的饮食习惯是肠癌的主要高危因素之一。正如道路上如果车辆超载，尾气排放超标会带来安全隐患，高脂肪、高胆

固醇、低纤维的饮食习惯与肠癌的发生有关。此外，过多地摄入红肉和加工肉制品也会增加肠癌的风险。

肠癌有遗传倾向。如果家族中有肠癌病例，那么个体患肠癌的风险也会增加。这就好比开车经常要经过交通事故高发区，一定要加强警惕，小心驾驶，导致交通事故高发的原因多种多样，有可能是道路铺设材料本身有问题，也有可能是道路负荷能力不足，不管是哪种原因，都要提高警惕，积极应对。导致肠癌

的原因也有很多，大家要重视肠癌的筛查和预防，尤其是有家族史等高危人群，才能保证肠道通畅。

遵守交通规则，保护肠道健康

肠道也有相应的安全法则，

大家要遵守。肠癌的高危因素中，年龄和遗传风险是无法改变的，能做的就是积极筛查和改变不良生活习惯。因此，大家需要注意一些危险因素，就像是遵守交通规则一样，避开肠癌的雷区。

肠道信号灯

- ★少食腌菜、油炸食物
这就像是出行应遵守交通规则，以免造成交通拥堵。腌菜和油炸食物中含有大量的盐和油脂，这些物质会刺激肠道，对肠道和机体健康不利。
- ★不吃霉变食物
这就像是避免在破路面上行驶一样，应避免摄入对肠道有直接破坏作用的食物，保持肠道的通畅。霉变食物中会含有大量致毒物质，这些物质会直接增加患肠癌等多种消化道肿瘤的风险。因此，大家应该避免吃霉变食物。
- ★戒烟限酒
这就像是遵守交通信号灯一样，应注意保持肠道健康的绿灯状态。吸烟和饮酒是导致肠癌以及诸多恶性肿瘤的主要危险因素之一。戒烟限酒这一生活习惯的改变能够大幅降低整体肿瘤发生的概率。
- ★养成良好的卫生习惯
这就像是道路保养、车辆保养一样，让肠道始终保持良好的状态，尽早发现故障和小问题，避免出现大问题。

山东建立首个省级补贴性职业技能培训项目指导目录

近日，山东省人力资源和社会保障厅、山东省财政厅联合印发首个《山东省补贴性职业技能培训项目指导目录（试行）》，充分发挥政府补贴性培训示范引领作用，提升职业技能培训的针对性和实效性。

《目录》根据人力资源社会保障市场和各市调查的培训项目需求，结合“全省规模以上工业企业急需紧缺职业（工种）目录”，设置“急需紧缺培训项目目录”“一般性培训项目目录”“制造业培训项目目录”和“专项职业能力培训项目目录”共四个子目录，将“婴幼儿发展引导员”“工业机器人系统操作员”

等80项职业纳入急需紧缺培训项目目录，将“装配式建筑施工员”“化工总控工”等450项职业纳入一般性培训项目目录，对25个绿色职业（标识为L）、22个数字职业（标识为S）作了统一标识。

《目录》特设制造业培训项目目录，将“增材制造设备操作员”“发酵工程制药工”等228个职业纳入制造业培训项目目录范围，服务我省制造业技能根基工程建设。将104个专项职业能力培训项目按照“山东手造”、食品制作、种植等分类纳入目录，指导各市打造区域特色职业技能培训品牌。

山东省发布2023年“齐鲁最美职工”

由山东省委宣传部、省总工会、大众报业集团、山东广播电视台联合主办的2023年“齐鲁最美职工”发布仪式4月24日晚举行，省领导徐海荣、周立伟、王修林出席。

10位“齐鲁最美职工”分别为中国石化化工股份有限公司齐鲁分公司胜利炼油厂联合装置车间技术员于江涛，山东省人民检察院第八检察部二级检察官助理王浩，中国航空工业集团公司济南特种结构研究所首席科学家、研究员田俊强，东营县人民医院消化内科主任任爱文，冰轮环境技术股份有限公司制造运营部电焊工孙志辉，国网山东省电

力公司莱西市供电公司台区经理孙涛，山东正航律师事务所李秋航，山东港口青岛港国际股份有限公司前湾分公司安全环保科技部经理赵倩倩，黄河三角洲生态监测中心副主任赵亚杰，泰山玻璃纤维有限公司设备动力部部长、党支部书记温广勇。

发布仪式上展现了“齐鲁最美职工”先进事迹，他们用实际行动生动诠释了“劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽”的社会风尚，激励引导广大职工向榜样学习，以更加昂扬的斗志、饱满的热情、蓬勃的朝气投身社会主义现代化强国建设新征程。



美籍华人捐赠98件(套)文物史料为南京大屠杀再添铁证

4月26日，“美籍华人鲁照宁文物史料捐赠仪式”在江苏南京的侵华日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆举行。侵华日军军人手账、刊登日军占领南京后状况的《纽约时报》原件等98件（套）海外文物史料入

藏馆藏。这也是鲁照宁近20年来第16次向该纪念馆捐赠重要文物史料。

大图为鲁照宁（左）向纪念馆捐赠文物史料。小图为鲁照宁展示1938年1月25日于美国发行的《纽约时报》，据他

介绍，这份报纸上刊登了题为《混乱在南京持续》的文章。

山东53所高校增设本科专业139个 撤销本科专业86个

记者从山东省教育厅获悉，根据教育部日前公布的2022年度普通高等学校本科专业备案和审批结果，山东省53所高校增设本科专业139个，调整学位授予门类或修业年限专业7个，撤销本科专业86个。

据介绍，2022年，山东省高校紧密围绕国家重大战略和

区域经济社会发展需求，持续加强传统特色专业设置，新增集成电路设计与集成系统、智能科学与技术、环境生态工程、生物医学工程、海洋渔业科学与技术、植物保护、智慧海洋技术等服务重大战略急需专业31个；主动服务产业转型升级，加快新兴交叉专业建设，

新增设置能源化学、储能科学与工程、农业智能装备工程、数字经济、应急技术与智能、智能制造工程、区块链工程、新能源汽车工程、生物材料科学与工程、碳储科学与工程等服务新兴产业发展急需专业75个，急需专业占比达到76.25%。

◆ 学思想、强党性、重实践、建新功

“在全党大兴调查研究工作”系列图解

必须坚持实事求是 习近平这样要求

近日，中共中央办公厅印发《关于在全党大兴调查研究的工作方案》，决定在全党大兴调查研究，作为在全党开展的主题教育的重要内容，推动全面建设社会主义现代化国家开好局起好步。

实事求是马克思主义的精髓，坚持一切从实际出发，是我们想问题、作决策、办事情的出发点和落脚点。党的十八大以来，习近平总书记身体力行，考察调研的足迹遍布祖国大江南北，为全党开展调查研究树立了典范。

各地区各部门作决策、干工作、解难题要坚持实事求是，把深入调查研究作为基本功，养成坚持学习、深入调研的好习惯。越是困惑时，越要在学习和实践中找思路、想办法，努力成为解决实际问题的能手。

——2018年12月19日，习近平在中央经济工作会议上的讲话

要大兴调查研究之风，倡导求真务实精神，真抓实干，吹糠见米，出水方见两脚泥，切忌浮于表面、流于形式、隔山打牛，以作风的提振推动乡村的振兴。

——2017年12月28日，习近平在中央农村工作会议上的讲话

各级领导干部要带头调研、经常调研，扑下身子，沉到一线，全面了解情况，深入研究问题，把准事物的本质和规律，找到破解难题的办法和路径。要实事求是，有一是一、有二是二，既报喜又报忧，特别要力戒形式主义、官僚主义，坚决反对在调查研究中走马观花、浅尝辄止、一得自矜、以偏概全，草率地下结论、做判断。

——2017年12月15日，习近平在中央宣传部呈报的《弘扬脱贫攻坚精神，推动农村物质文明和精神文明协调发展——寻乌扶贫调研报告》上的批示

实践反复证明，能不能做到实事求是，是党和国家各项工作成败的关键。全党同志一定要把实事求是贯穿到各项工作中去，经常、广泛、深入开展调查研究，努力把真实情况掌握得更多一些、把客观规律认识得更透一些，为协调推进“四个全面”战略布局打下扎实的工作基础。

——2015年6月12日，习近平在纪念陈云同志诞辰110周年座谈会上的讲话

领导干部下去调查研究，是为了掌握第一手材料。焦裕禄讲，吃别人嚼过的馍没有味道，就是说要掌握真实情况，形成真知灼见，以利于正确下决心、指导工作。

——2013年9月25日，习近平在参加河北省省委常委班子专题民主生活会时的讲话

来源：人民日报、新华社、《求是》
编辑：王丁浩
设计：王沛霖

山东：护航“山东好货”，严打侵权假冒犯罪

记者4月25日从山东省政府新闻办举行的新闻发布会上获悉，全省公安机关不断加大打击侵权假冒犯罪的打击力度，去年以来，累计侦办侵犯知识产权和制售假冒伪劣商品犯罪案件2806起，为企业和个人挽回经济损失34亿元。

近年来，我省深入实施质量强省战略，山东好货品牌效应不断凸显，但同时也发生企业商标权、商业秘密违法犯罪时有发生。省公安厅副厅长李树群介绍，全省公安机关突出主责主业，保持重拳严打态势，去年以

来，先后部署开展夏季治安打击整治“百日行动”“昆仑2022”“助力冬奥护航两会”、严打制售假冒伪劣犯罪重点攻坚等一系列专项行动，相继破获“7·26”制售假冒石化产品、“5·11”制售假冒建筑材料等一批典型案件。

今年在“昆仑2023”专项行动基础上，全省公安机关开展“护航高质量发展行动”，强化对“老字号”企业、“精品山东”认证企业、高新技术企业等重点企业知识产权刑事保护，畅通资金和知识产权保护绿色通道，围绕省内重大项目建设，营造良好营

商环境，为全省经济社会高质量发展保驾护航。行动中，重点打击危害人民群众生命健康和生产安全生活的制售假冒伪劣日常用品、汽车配件、家用电器、机械设备以及建筑材料、消防产品等犯罪，保障民生安全；重点打击制售假劣肉制品、食用油、调味品、食用农产品、保健食品、烟酒饮料等犯罪，坚决维护人民群众“舌尖上的安全”；重点打击侵犯商业秘密、假冒专利犯罪，以及盗版图书、软件、盗录烧录电影等侵犯著作权犯罪，全力保护科技创新。

为提升打击工作质效，山东省公安厅健全完善知识产权刑事保护工作体系，深化打击知识产权犯罪“省市县所一体化”工作机制，逐渐形成“省级主导、市级主研、县级主侦、派出所主建”的侦查打击新模式。建成山东知识产权刑事保护战略支撑中心，实现风险预警、数据研判、主动打击等功能，去年以来，辅助侦办重点案件80余起。

在深化协同共治上，全省公安机关会同市场监管、版权等有关部门联合开展“剑网”“打击侵权盗版专项行动”“青少年版

权保护季”等专项行动，联合侦办“5·01”等侵犯著作权大要案件。省公安厅与山东省国家知识产权保护中心建立联动打防工作机制，济南公安机关与市知识产权保护中心共建全国首家“协同保护警务工作站”，联合破获侵犯商标权、商业秘密案件7起。加强与检察机关沟通协调，对新类型案件定性、法律适用、案件管辖、证据规格等开展会商研究。去年以来，省公安厅联合省检察院分两批挂牌督办10起案件。