

继承光荣传统 培养优秀人才

——习近平总书记致湖南大学建校100周年的贺信激励广大青年学生和教育工作者不懈奋斗

新华社记者

10月16日，习近平总书记致信祝贺湖南大学建校100周年，向全体师生员工和广大校友致以祝贺。深切关怀、殷殷嘱托，令广大青年学生和教育工作者深受鼓舞。

大家表示，将坚决贯彻落实习近平总书记要求，继承光荣传统，牢记报国使命，在新时代新征程上不懈奋斗，为建设教育强国、推进中国式现代化作出新贡献。

深秋时节，古朴庄重的湖南大学校园，涌动着一片青春活力。湖南大学创办于1926年，具有百年历史的岳麓书院位于其校园内。100年来，学校坚持传承创新，为国家培养了大批优秀人才。

“习近平总书记的贺信令全体师生员工和广大校友倍感振奋。”湖南大学党委副书记唐珍人说，“我们要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，继承光荣革命传统，赓续千年书院学脉，坚定文化自信、勇担时代重任，努力培养更多经世致用的优秀人才，为强国建设、民族复兴贡献力量。”

从岳麓书院到湖南大学，千年文脉绵延不绝。

（上接第1版）

一场震撼世界的脱贫攻坚战在中华大地展开。“撸起袖子加油干”等号召和理念日益深入人心，因户施策、结对帮扶、干部驻村等精准扶贫策略取得显著成效。

肯尼亚内罗毕大学国际问题学者莱米·穆拉库说，习近平主席深知“宽泛、笼统的政策难以解决基层贫困问题”，必须“根据不同地区和具体情况量身定制”扶贫和发展政策。马来西亚新亚洲战略研究中心理事长许庆琿说，“中国政府有着带领民众战胜贫困的巨大决心和执行力”，精准扶贫措施落实有力，惠及不同地区、不同人群。

近年来，不少外国政要访华时专程参访中国一些省市，实地了解中国的减贫实践。10月12日，博茨瓦纳总统博科来华访问，前往习近平主席曾工作过的福州和宁德，参观摆脱贫困主题展览。随后在北京同习近平主席举行会谈时，博科表达了由衷钦佩，认为“中国实现了世界历史上从未见过的经济社会发展奇迹”。

9月中旬，马达加斯加总理马米蒂亚纳·拉乔纳里松访华时，专程前往“精准扶贫”首倡之地——湘西土家族苗族自治州花垣县十八洞村。他告诉记者，习近平主席提出“精准扶贫”政策，这让他真切感受到这位中国领导人“对百姓真挚而细致的关心”。

习近平主席在地方工作时的著作《摆脱贫困》已被译成多种语言，成为不少外国政要学者的案头读物。乌兹别克斯坦总统米尔济约耶夫在《摆脱贫困》乌文版序言中，将打赢脱贫攻坚战称作“真正的中国奇迹”，“习近平主席亲自参与到这项伟大事业中，时刻同人民站在一起”。

聚焦发展：以扎实行动助力全球减贫

2021年11月，第三次“一带一路”建设座谈会上，习近平总书记记忆及在福建工作期间

“一路走来，湖南大学始终与国家 and 时代同向同行，积淀了深厚的红色基因，这是学校宝贵的精神财富。”湖南大学马克思主义学院教授于世无说，“我将牢记习近平总书记嘱托，依托学校千年学府文化底蕴和百年红色校史资源，开展鲜活生动的思政教育，讲好我们正在经历的新时代故事，培养堪当民族复兴大任的湖大青年。”

“6年前，习近平总书记专程到岳麓书院考察，勉励大家‘不负时代重托，不负青春韶华’，如今又在贺信中要求我们‘赓续千年书院学脉’，令我感受到沉甸甸的责任。”湖南大学岳麓书院中国史专业研究生黄晓露说，“我要在日常学习中厚植史学功底，从传统经典中汲取智慧和滋养，扎根中华文化沃土做研究，成长为中华优秀传统文化的传承者、弘扬者。”

“弘扬‘实事求是、敢为人先’的精神”“不断提升办学质量和水平”……习近平总书记贺信中的要求，令湖南大学人工智能与机器人学院院长张辉感到奋进方向更加明晰。

“把研究方向瞄准经济社会发展需求，是‘实事求是、敢为人先’的应有之义。”张辉表示，下一步，将坚持科技创新和人才培养双向

消除贫困是人类共同使命

的一件往事：时任巴布亚新几内亚东高地省省长拉法纳玛来访，“我向他介绍了菌草技术，这位省长一听很感兴趣。我就派《山海情》里的那个林占熺去了”。

菌草用途广，可种菇、作饲料、作肥料，还能防风固沙、改良盐碱地，初期投入低、见效快，种植技术易学。习近平主席非常重视菌草技术在助力农民脱贫方面的作用，积极推动这株“中国草”走进广大发展中国家。

如今，菌草已在上百个国家落地生根，成为改善民生福祉、助力全球减贫事业的“幸福草”。近几个月来，福建农林大学林占熺技术团队再次远赴非洲，前往中非共和国、布基纳法索、卢旺达、津巴布韦等地，指导当地民众应用菌草技术。

津巴布韦农户曼迪乌扎·马斯文戈用菌草技术种蘑菇已有一年多，并靠着这笔收入开办了一家清洁用品作坊。他说，菌草技术带来了“人生的转折点”，自己的日子过得越来越好。

“减贫问题说到底还是发展问题。”让更多民众过上好日子，推动全球共同发展，习近平主席始终念兹在兹。会见布隆迪总统恩达伊施米耶时，强调加强乡村振兴、脱贫攻坚等领域经验交流和能力建设合作；访问马来西亚时，同马方商定扩大减贫扶贫、农业和乡村振兴等合作；向“杂交水稻援外与世界粮食安全”国际论坛发表书面致辞，表示中方愿继续同世界各国一道，推进全球发展倡议，加强粮食安全和减贫领域合作……

多年来，中国农业技术专家带着良种深入马达加斯加田间地头，手把手教授种植中国杂交水稻，培养技术骨干，帮助当地农民增

发力，立足具身智能与机器人相关研究方向持续攻关，努力把关键核心技术掌握在自己手里，以高水平科研支撑高质量育人。

“在校期间，母校不仅传授扎实的理论知识，还培养了我独立思考、探索未知的学习精神。”湖南大学校友、中国航天科技集团研究员陈同祥说，“未来，我将继续投入科研工作，为国家的航天事业添砖加瓦，用优异成绩回报母校、报效祖国。”

“惟楚有材，于斯为盛”，新时代新征程，广大师生和教育工作者施展才华的舞台更加广阔。

“习近平总书记的贺信，是对全体扎根湖湘大地教育工作者的殷切期望。”湖南第一师范学院教师陈攀文说，“我们学校与湖南大学同样具有悠久历史和文化积淀。我将躬耕三尺讲台，深耕大思政课堂，推动传统文脉、红色基因与现代师范教育相融，引导青年学子传承红色基因、筑牢理想信念根基。”

“我们将以习近平总书记的贺信精神为指引，把湖南悠久的历史文化、厚重的革命文化、活跃的現代文化融入教育改革发

展全过程，持续优化高校布局和学科专业，

肯尼亚学者伊莱贾·姆旺吉撰文说，习近平主席坚持以人民为中心的发展思想，以中国的脱贫实践告诉世界，“有愿景、有决心并且开展持续行动，再根深蒂固的发展难题也能攻克”。

习近平主席深刻指出，“世界繁荣稳定不可能建立在贫者愈贫、富者愈富的基础之上，各国应该推动更加包容、更加普惠、更有韧性的全球发展”。

向160多个国家提供发展援助，同150多个国家携手共建“一带一路”；全球发展倡议已动员230多亿美元资金，开展2000多个合作项目；扩大对最不发达国家单边开放，对53个非洲建交国全面实施零关税举措；举办减贫与发展高层论坛、成立全球减贫与发展伙伴关系，将“促进全球减贫合作”写入中国“十五五”规划纲要；提出金砖国家人工智能赋能新型工业化倡议等向新而行的务实举措……中国积极推动南南合作，以实际行动为全球南方国家发展振兴和国际减贫事业注入强劲动力。

吉尔吉斯斯坦经济学家托龙别克·阿布德罗夫说，中国通过多边合作助力全球南方国家加强道路、能源设施等基础设施建设，帮助广大民众获得就业、接受教育和接触更广阔市场的机遇，以实际行动推动实现“可持续减贫”。

“在习近平主席引领下，中国始终把自身发展同各国共同繁荣紧密相连，以中国式现代化新成就为世界发展提供新机遇。”摩洛哥智库新南方政策中心研究员马库斯·弗雷塔斯说。

“现代化道路上一个都不能少，一国都不能掉队。”以行动展现担当，以合作汇聚力量。为了各国人民对美好生活的向往，中国将与世界各国一道，向着共同发展繁荣的未来不断前行。

（新华社北京10月16日电）

推进教育科技人才一体发展，着力构建高质量教育体系，推动高等教育资源优势转化为湖南发展优势。”湖南省教育厅厅长高山说。

教育兴则国家兴，教育强则国家强。一段时间以来，浙江大学机械工程学院博士生倪学彬钻研柔性触觉传感器领域，将科技创新成果应用于机器人灵巧手的触觉识别与抓取，助力提升机器人精细操作能力。“习近平总书记的贺信让我更加坚定，个人科研追求应当与国家发展需要紧密结合。我将持续围绕制造强国建设中的国家重大战略需求开展科研，在祖国最需要的地方绽放青春光彩。”倪学彬说。

“一个月以来，习近平总书记为多所高校发展指明方向，进一步增强了我们办好高等教育的责任感和使命感。”黑龙江省教育厅副厅长赵雅琴说，“我们将坚持立德树人根本任务，引导高校坚定不移走特色发展、内涵发展、创新发展之路，办好航空航天、智能装备、现代农业等优势学科，为教育强国、科技强国、人才强国建设贡献更大力量。”

（新华社北京10月16日电）

肯尼亚学者伊莱贾·姆旺吉撰文说，习近平主席坚持以人民为中心的发展思想，以中国的脱贫实践告诉世界，“有愿景、有决心并且开展持续行动，再根深蒂固的发展难题也能攻克”。

习近平主席深刻指出，“世界繁荣稳定不可能建立在贫者愈贫、富者愈富的基础之上，各国应该推动更加包容、更加普惠、更有韧性的全球发展”。

向160多个国家提供发展援助，同150多个国家携手共建“一带一路”；全球发展倡议已动员230多亿美元资金，开展2000多个合作项目；扩大对最不发达国家单边开放，对53个非洲建交国全面实施零关税举措；举办减贫与发展高层论坛、成立全球减贫与发展伙伴关系，将“促进全球减贫合作”写入中国“十五五”规划纲要；提出金砖国家人工智能赋能新型工业化倡议等向新而行的务实举措……中国积极推动南南合作，以实际行动为全球南方国家发展振兴和国际减贫事业注入强劲动力。

吉尔吉斯斯坦经济学家托龙别克·阿布德罗夫说，中国通过多边合作助力全球南方国家加强道路、能源设施等基础设施建设，帮助广大民众获得就业、接受教育和接触更广阔市场的机遇，以实际行动推动实现“可持续减贫”。

“在习近平主席引领下，中国始终把自身发展同各国共同繁荣紧密相连，以中国式现代化新成就为世界发展提供新机遇。”摩洛哥智库新南方政策中心研究员马库斯·弗雷塔斯说。

“现代化道路上一个都不能少，一国都不能掉队。”以行动展现担当，以合作汇聚力量。为了各国人民对美好生活的向往，中国将与世界各国一道，向着共同发展繁荣的未来不断前行。

（新华社北京10月16日电）

超4100家境外企业将参展第九届进博会

本报北京10月16日电（记者时斓娜）今天，国新办举行新闻发布会，介绍第九届中国国际进口博览会筹备情况。记者从会上获悉，第九届进博会将于11月5日～10日在上海举办，虹桥论坛将同期举办。目前，各项筹备基本就绪，届时将有162个国家、地区和国际组织参与，4142家境外企业参展，整体面积将首次突破44万平方米。

开放合作方面，本届进博会吸引了69个国家和国际组织参展，主体数量超过去年。虹桥论坛以“稳定合作 共建开放型世界经济”为主题，将举办主论坛和23场分论坛；继续发布《世界开放报告》及开放指数，新增发布《出口中国能力发展报告》，打造“双旗舰”报告。

从规模来看，今年进博会企业展面积首次突破37万平方米。从展商来看，世界500强和行业龙头企业首次超过300家，九届进博会“全勤”的企业和机构近200家；首次参展的“新面孔”企业超2000家。从展品来看，截至目前，全球首发、亚洲首展、中国首秀的代表性展品超过480件，创历年新高。

本届进博会，国际组织积极参与，联合国贸发会议、联合国工发组织等6个国际组织参展参会。各部门、各地方协同联动，40余个交易团、600余个交易分团将到会观摩采购。中外文明交融互鉴，人文交流展示规模创新高。

铁路车次编排改革启动 更高时速动车组新增X字头

本报北京10月16日电（记者刘静）今天上午，记者从中国国家铁路集团有限公司获悉，全国铁路列车车次将于11月下旬、12月下旬分两批调整，其中新增X字头。

国铁集团运输部相关负责人介绍，X读“新”，表示最高运行时速350公里以上的复兴号动车组列车，寓意“新时速、新产品”，车次编排为X1至X9998。此次改革将同步实施新版《列车车次编排规定》，动车组旅客列车字头由4个增至7个，可编排车次数量增长近40%。车次变更后，列车开行区段、运行时刻仍按现行运行图执行。

据悉，五一、国庆假期等运输高峰期，G字头列车车次数量占可用车次号段资源的90%以上，部分字头字母和数字号段资源日益紧张。此次改革将拓展号段资源，提高运输产品辨识度，适应未来列车开行规模扩大和新线路、新装备、新产品投用需要。

旅客列车方面，调整后，G、T字头分别表示最高运行时速350公里的复兴号动车组列车，300公里的动车组列车，K字头表示最高运行时速200至250公里的动车组列车。D、C、S字头分别对应动集、城际、市郊（域）旅客列车，Z、N、V字头对应不同速度等级的快速和普通旅客列车，Y字头表示普速旅游列车。

货物列车方面，调整后，货运班列车次字头统一调整为B，动车组快运列车使用DH字头。

头痛总不好？病根可能在脖子上

本报记者 王鑫

你是否经常莫名头痛、太阳穴胀痛、后脑勺发沉？即便睡一觉、吃颗止痛药，只是暂时好转，没过几天又复发？“这可能是颈源性头痛。”中南大学湘雅医院麻醉疼痛科主任医师任飞提醒。

什么是颈源性头痛？“这种头痛，病根在颈椎，疼痛在头部！”任飞介绍，颈源性头痛属于继发性头痛，由颈椎退变、颈部肌肉劳损、关节紊乱等问题，刺激压迫颈神经，引发放射痛。“多数久治不愈的慢性头痛，根本问题不在脑袋，而在颈椎。”

区别于偏头痛的剧烈跳痛，颈源性头痛的痛感以酸胀钝痛为主，伴随头沉、头皮发紧；往往脖子僵硬、肩背酸胀，偶尔头晕手麻，低头、久坐、转头时会明显加重。“颈源性头痛多是熬出来、坐出来的！”任飞解释，临床统计显示，长期久坐人群的慢性头痛，超八成与颈椎损伤相关。久坐不动、单侧侧卧、长期歪头看手机等不良习惯，让这一疾病在办公室“久坐族”年轻人群中易发、高发。

任飞说，颈源性头痛是器质性问题，长期吃止痛药只能掩盖症状，不能从根本上解决神经受压、肌肉劳损；盲目暴力按摩甚至会加重关节错位、神经水肿，让头痛更顽固。

颈源性头痛的本质是“姿势病”，日常养护大于治疗。任飞建议，“久坐族”应每30~40分钟起身活动，避免长期低头久坐；注意做好颈部保暖，避免空调、冷风直吹颈部；选用高度适配的枕头，维持颈椎正常曲度；工间还可适度做收下颌、缓慢转头训练，强化颈屈肌力。

叙事护理：重症病房里的另一种守护

本报记者 陶稳

作为一名拥有十余年临床护理经验的护士，四川省达州市大竹县人民医院的颜玉旋一直认为，ICU护理的内核在于速度、精准与专业——医护紧盯监护仪各项指标，严谨完成每项专科操作，竭力维系患者生命体征。直到近日，她前往首都医科大学附属北京安贞医院南充院区·南充市中心医院观摩学习，见证了叙事护理实践模式在ICU的应用，才意识到，医护不仅要医治躯体疾患，更要传递对生命的敬畏；叙事护理也不局限于语言上的安抚慰藉，而是以真诚照护，换取患者发自内心的信赖。

ICU患者往往病情危重，身上管路繁多，加之病房封闭隔离，身体与心理承受双重折磨，很多医护有践行人文护理的初心，却缺少清晰可行的实施路径。在北京安贞医院南充医院，颜玉旋看到，ICU病房也落下了叙事护理实践——病区配备了分贝仪，严格管控病房噪音，为患者营造安静适宜的休养环境，有效缓解密闭病房带给患者的恐惧；这里没有程式化的工作交代，没有居高临下的说教，病患被给予充分理解与尊重。

医院还会搭建家属工作群，实时同步记录患者每一点微小进步；患者出院时，医护精心制作康复影像视频，为患者留存重获新生的温暖记忆。ICU护士组还实行组长组员双向选择模式：护理组长可自主挑选组员，组员也能主动表达意愿，以此组建配合默契的护理团队，为患者提供更舒心的护理服务。

全国医疗卫生机构设立安宁疗护科的有4000余家，其中青岛有130家

如果难以治愈，如何温柔告别？

阅读提示

安宁疗护并非简单的“临终关怀”，而是涵盖症状控制、舒适照护、心理疏导、精神抚慰、家属支持的系统工程。安宁疗护门诊正在成为帮助人们从容抵达终点的桥梁。

本报记者 张楠

10月13日，青岛市妇女儿童医院海泊路院区安宁疗护病房，方女士坐在阳光洒落的床边，和前来探望的姐姐闲聊着，久违的笑容同时出现在她们的脸上。

身患乳腺癌12年，手术、化疗、靶向治疗……当一次次治疗换来的是越来越难熬的疼痛，当生命进入倒计时，方女士选择转入安宁疗护病房——减掉痛苦的设备、停掉副作用明显的药物，与家人好好说说话，平和地走完生命最后一程。

每年10月的第二个周六是“世界安宁缓和医疗日”，今年的这一天是10月10日。2017年，我国正式启动安宁疗护试点工作，目前已覆盖全国185个市区，安宁疗护医疗卫生机构超4000家。在青岛，130家医疗机构登记“临终关怀”科目。安宁疗护，正在为疾病终末期患者撑起一份有温度、有尊严的生命守护。

寻一处安宁

“母亲病情已经恶化，我们不想过度治

疗，许多三甲医院床位紧张，母亲的情况确实不适合长期占用床位。”今年元旦后，王先生带着肺癌四期的母亲辗转多家医院，由于找不到合适的院区，有段时间，老人就在一家三甲医院急诊走廊的加床上过渡。

王先生说，“母亲一生要强，我们就想找个地方能让她不那么难受，最后跟我们好好说说话。”

王先生的无奈困境，并非孤例。据统计，青岛2025年底60岁以上户籍人口233.5万人，老龄化率已达27.22%，慢性病导致的死亡人数已占居民总死亡人数的80%以上，安宁疗护成为很多终末期患者的“刚需”。

作为第三批国家安宁疗护试点城市之一，青岛2021年在市妇女儿童医院海泊路院区设立了全省首家安宁疗护门诊，同年安宁疗护病区正式投入使用。记者在该病区看到，窗外是大鲍岛文化休闲街区熙熙攘攘的人间烟火，窗内是属于患者的一份安宁与静谧，许多终末期患者在这里走完人生最后一程。

在青岛市公共卫生临床中心市北院区，沐慈疗护中心占了整整一层楼，这里多为单人病房，每间配备冰箱、空调、热水器和宽敞的家属陪护床，营造出居家温暖的疗护氛围。王先生也将此作为母亲的安宁疗护医院，“这里条件好，更温馨，母亲搬进来的第一句话就是‘终于能睡个好觉了’。”

让守护更专业

63岁的甲状腺癌晚期患者吴女士，曾入住沐慈疗护中心。吴女士因肿瘤压迫气管，

出现严重的呼吸困难，极度痛苦。安宁疗护多学科团队根据其病情，制定了营养心理、疼痛管控、气道护理等综合救治方案。很快，吴女士的憋气、呼吸困难等症状明显缓解，生命最后一周，她体面、安详地与亲友告别。

安宁疗护并非简单的“临终关怀”，而是涵盖症状控制、舒适照护、心理疏导、精神抚慰、家属支持的系统工程，考验着医院的综合救治水平。

“不以治愈为目标，并不意味着技术上的松懈，反而对医疗技术的精准度要求更高。”沐慈疗护中心筹备办公室主任仇翠霞介绍，过去疼痛只是治疗的“副产物”，如今却成了“主角”，倒逼技术转向个体化、精准化。

“当疾病已无法逆转，医学并非束手无策，适时调整治疗目标，把医疗的重心从单纯延长生命转向减轻痛苦、维护尊严，能让患者在生命最后一程感受到安详与温度。”在青岛市第八人民医院，解放军总医院第七医学中心原血液肿瘤内科主任谭晓华牵头组建多学科安宁疗护支持团队，围绕疼痛及其他症状控制、营养支持、心理关怀和舒适照护等，为终末期患者制定个体化、综合性的安宁疗护方案。

改变悄然发生

自2017年起，国家卫健委先后启动三批安宁疗护试点，要求试点县域至少建成一处安宁疗护病区。

尽管如此，目前全国安宁疗护的供需缺口依然较大。2025年，我国超1100万人离世，慢性病离世占比超八成，但仅有约60万