

“万里茶道”焕生机 中俄人文交流谱新篇

今年是中俄建交75周年,也是“中俄文化年”。俄罗斯千年古城喀山即将迎来金砖大家庭的盛会。这里地理位置优越,交通便利,自古以来就是人员、贸易交汇之地。如今,这里见证着中俄人文交流合作欣欣向荣的图景。



▲2月9日在俄罗斯首都莫斯科拍摄的挂满中国新年主题装饰的街道。

▲9月28日,东航“上海-喀山”直飞首航航班的旅客抵达俄罗斯鞑靼斯坦共和国喀山国际机场。

开创文化交流“新未来”

“中俄两国都具有悠久的历史、灿烂的文化,人文交流对增进两国人民友谊具有不可替代的作用。”2013年3月,对俄罗斯进行国事访问期间,习近平主席在莫斯科国际关系学院的演讲中说。在这次演讲中,习近平主席提到,17世纪的“万里茶道”曾是联通中俄的“世纪动脉”。

万里茶道中兴之时,一些俄商从喀山出发,前往中国湖北贩茶设厂。万里茶道,带来了人员流动、信息流通、文化传播,也带动了伊尔库茨克、鄂木斯克、下诺夫哥罗德等俄罗斯沿线城市的兴盛。

因茶结缘,以茶会友。“在喀山,人们自古以来就用茶迎来送往,这是当地的特殊文化,与中国文化相通。”长

期研究万里茶道的俄罗斯学者亚历山大·伊利因说。

喀山是鞑靼斯坦共和国的首府。如今,鞑靼斯坦共和国与中国多个省市保持着密切的人文交流合作。鞑靼斯坦共和国行政长官明尼哈诺夫说,双方教育合作蓬勃发展,在鞑靼斯坦的中国留学生超过两千人,喀山联邦大学孔子学院持续不断培养中文人才;地方合作持续推进,鞑靼斯坦共和国与山东省、四川省建立友好省州关系,喀山与杭州、广州等结为友好城市。

今年5月,“中俄文化年”启动。从俄罗斯话剧《叶甫盖尼·奥涅金》、芭蕾舞剧《天鹅湖》来华巡演,到中国舞蹈诗剧《只此青绿》在俄罗斯符拉

迪沃斯托克精彩亮相,从莫斯科首次举办规模盛大的春节庆祝活动,到中国多地举行俄罗斯传统谢肉节迎春活动,“中俄文化年”框架下的数百项人文交流活动涵盖文物展览、电影展映、舞台艺术表演、青年文化创意交流等领域,丰富了两国民众的文化生活,促进了两国民众对彼此的了解和认知。

“近年来,中俄两国在文化交流领域的合作持续增长。”从事国际交流合作工作的俄罗斯媒体人普什科夫说。除了传统领域之外,新兴文化产品层出不穷,推动两国文化交流合作不断迸发新亮点、新动能。“比如,来自中国的网络游戏在俄罗斯越来越受欢迎。这些游戏制作精良,效果惊艳,深受民众喜爱。”

打造文旅合作“新网红”

在位于俄罗斯首都莫斯科市中心的莫斯科动物园里,首只在俄罗斯出生的大熊猫“喀秋莎”是当之无愧的明星。

“我和很多同学都喜欢‘喀秋莎’,我们常常来看它!”7岁的莫斯科小女孩维洛妮卡远远望着在攀爬架上酣睡的“喀秋莎”说,“它睡觉的样子特别可爱!”

2019年6月,习近平主席与普京总统共同出席莫斯科动物园熊猫馆开馆仪式,定格了中俄人文交流史上的重要时刻。如今,“喀秋莎”和它的父母“如意”“丁丁”已成为中俄人文交流的“特殊使者”。

除了大熊猫,中俄文旅合作中正涌现出越来越多的“新网红”。自中俄团队互免签证协议签署以来,从普希金咖啡厅到古姆冰淇淋,再到莫斯科河上落日,越来越多中国游客慕名而来,俄罗斯游客心中的中国最佳旅游城市列表也在不断拉长:广州、上海、三亚……

今年,位于吉林省最东端的边境小城琿春成为俄罗斯游客钟爱的新目的地。每天一大早,口岸出入境大厅里熙熙攘攘,中俄游客拉着行李,排队通关,准备开启“换城度假”“跨境串门”之旅。从今年1月初至9月初,经吉林边检总站琿春出入境边防检查站出入境的旅客超50万人次,同比增长209%。

“我和朋友们喜欢来琿春购物旅游,特别方便!”来自俄罗斯的伊莲娜说,她经常将在琿春旅游的视频分享到网络上,“点击量很高,不少人向我咨询琿春的美食攻略。”

今年暑期,沿图们江中朝俄边境运行的观光班列“东北亚长旅号”实现首发。未来,班列还将开通琿春-符拉迪沃斯托克线路,今后可能延伸至莫斯科。俄滨海边疆区旅游部第一副部长阿尔谢尼·克雷普斯基说:“中国游客支撑着滨海边疆区旅游业的快速发展。”

(新华社俄罗斯喀山10月21日电)

激发教育合作“新活力”

“希望俄中两国之间的教育合作能够有更多新项目,新成果!”俄罗斯圣彼得堡国立大学校长尼古拉·克罗帕切夫说。

“5年前,我校开设了46个与中国有关的课程。”克罗帕切夫说,“5年过去了,在两国领导人直接推动下,随着俄中两国交往不断密切,我校现在有关中国的课程已近百个,‘中国浓度’又加深了一倍。”

2020年6月7日,圣彼得堡国立大学和哈尔滨工业大学共建中俄联合校园在哈尔滨举行奠基仪式,克罗帕切夫视频出席仪式,并在圣彼得堡种下一棵李子树。四季更迭,这棵李子树已枝繁叶茂、开花结果,两国联合办学项目也顺利推进。“现在,第一批学生

已经入学。”克罗帕切夫说。

今年5月,普京总统访华期间到访哈尔滨工业大学。“俄中两国高等院校间的合作,为两国青年提供了优质的学习机会,也加深了两国人民对彼此的了解。”他在演讲中说,俄方愿同中方继续加强合作,为两国青年提供更多交流学习的机会。

从打造“中俄名校10+10联合培养优秀人才计划”“中俄联合科教中心建设计划”和“中俄同类大学联盟发展计划”等新的合作品牌,到联合举办大学生暑期学校,开展职业教育合作,推进在俄中文教学和在华俄文教学,支持中俄中学联盟建设……近年来,中俄双方教育合作不断深化,双向留学生人数快速增长。俄罗斯200多所大

学开设了中文课,约有9万名大中小学学生学习中文,在俄高校学习中国留学生超过4万人。

“开展好夏令营、联合办学等活动,不断增进两国民众特别是青少年相互了解和友谊。”2023年3月,习近平主席在对俄进行国事访问之际在俄罗斯媒体发表署名文章时这样说。

“在我眼里,汉字非常美丽,一撇一捺都像在纸上翩翩起舞。”16岁的俄罗斯姑娘玛利亚今年4月随“小鹰”中俄青少年语言文化交流中心前往天津游学,参加天津外国语大学组织的中国语言文化体验,感受汉字和中国文化,感知古老而现代的中国。“中华文化博大精深,这次经历将成为我继续学习中文的动力。”玛利亚说。

央行开展证券、基金、保险公司互换便利首次操作

据新华社电 记者10月21日从中国人民银行获悉,为更好发挥证券基金机构稳市作用,中国人民银行开展了证券、基金、保险公司互换便利(SFISF)首次操作,本次操作金额500亿元。

据介绍,此次操作采用费率招标方式,20家机构参与投标,最高投标费率为50基点,最低投标费率为10基点,中标费率为20基点。

中国人民银行10月10日发布公告称,决定创设证券、基金、保险公司互换便利,支持符合条件的证券、基金、保险公司以债券、股票ETF、沪深300成份股等资产为抵押,从中国人民银行换入国债、央行票据等高等级流动性资产。首期操作规模5000亿元,视情可进一步扩大操作规模。中国人民银行10月18日宣布正式启动证券、基金、保险公司互换便利操作。

10月21日,中金公司发布消息称,已达成证券、基金、保险公司互换便利下的首笔质押式回购交易,质押券为2024年第一期互换便利央行票据。

我国各类养老服务机构和设施比2019年增加1倍

记者10月21日从民政部获悉

截至2024年二季度末

全国各类养老服务机构和设施 41万个

其中社区养老服务机构和设施 36.9万个

与2019年相比 分别增加了1倍、1.2倍



新华社发(王威制图)



新华社发(宋博制图)

持续疼痛也是病 早防早治不“忍痛”

偏头痛、肩周痛、足跟痛、坐骨神经痛……多少人在反复疼痛中默默忍受?今年10月21日是世界镇痛日。专家提醒,慢性疼痛是一种独立的疾病,需要合理的治疗干预。

“能忍则忍”是误区

吕大爷去年得了带状疱疹,治好之后仍反复剧烈疼痛,上医院一查:带状疱疹后遗神经痛。

一些病人时常感觉全身多处疼痛,各项检查却找不到明显原因……

专家介绍,急性疼痛是身体发出的警告,但当疼痛反复持续1个月以上,就可称为慢性疼痛。慢性疼痛会带来人体系统功能失调、免疫力降低以及心理问题等。

数据显示,2023年我国慢性疼痛相关

疾病住院患者达2615万例。

中日友好医院疼痛科主任樊碧发表示,我国疼痛患者群体庞大,但社会对疼痛管理的科学认知还不足,治疗不及时、不正确容易导致病情加重,需要促进疾病知识普及。

“有些人认为,疼痛能忍则忍,这其实是一个认知误区。”樊碧发说,不少慢性疼痛患者不仅身体承受痛苦,免疫力低下,而且精神也受到极大影响,常常伴随着焦虑、抑郁情绪,严重影响生活质量。

如何规范化治疗?

尽早干预、积极管理——根据中国医师协会疼痛科医师分会、中华医学会疼痛学分会等机构日前发布的《常见疼痛管理联合提示》,早期治疗能够提高药物治疗的敏感性,达到更好的治疗效果。

根据上述提示,对于轻中度疼痛,患者应积极寻找病因并通过药物和非药物治疗相结合的方式干预;重度疼痛患者则应及时就医,尤其是慢性疼痛合并突发疼痛,可能是病情恶化的信号。

“随着医疗技术的进步,涌现出很多镇痛药物以及先进的治疗手段。”樊碧发介绍,目前对神经痛、癌痛、骨关节炎疼痛等都有规范化治疗方案。其中,用药不是越多越好,也不是越少越好,而是强调联合原则,最大限度发挥止痛药物、改善神经代谢药物、解除焦虑抑郁状态药物的作用。

非药物治疗慢性疼痛的方法也有很多。专家介绍,这些方法包括理疗、针灸、射频治疗、神经调控治疗等。



织起综合防治网

多位专家介绍,目前我国的慢性疼痛诊疗仍存在知晓率低、就诊率低、完全缓解率低等问题。

樊碧发认为,被动的临床诊疗要转向主动的综合防治。下一步将联合社会各方力量,共同推动开展慢性疼痛的科普宣传、早期预防、筛查预警、综合管理等工作。针对重点人群和重点疾病,还要有针对性地开展预防干预,如改善工作环境、优化生活习惯、加强体育锻炼等。

作为“健康守门人”,基层医疗卫生机构能否科学、有效、规范地进行疼痛诊疗和管理,也面临挑战。

数据显示,虽然全国范围内疼痛科收治的患者逐年增加,但68.7%的患者是在三级医院进行诊疗。对此,多位专家认为,应进一步强化疼痛学科建设,尤其是在基层医疗机构,提升慢性疼痛的综合诊疗能力。

国家卫生健康委医政司副司长李大川表示,慢性疼痛机制复杂,不仅需要全流程管理,还需要建设包括多学科协作在内的综合管理体系。未来要结合疼痛专业质控指标,切实帮助改善基层医院疼痛诊疗的水平,造福更多患者。

(据新华社北京10月21日电)