

# 潼南报

TONGNANBAO

主办：中共重庆市潼南区委 重庆市潼南区人民政府  
出版：重庆市潼南区融媒体中心 网址：https://www.tongnanbao.cn/

2026年5月

13

农历丙午年三月廿七

星期三

总第3496期

今日4版



## 把“实”字贯穿树立和践行正确政绩观全程

习近平总书记指出，要教育引导党员干部特别是领导干部“讲实话、办实事、求实效，踏踏实实推动工作、解决问题”。这一重要论述，为党员干部树立和践行正确政绩观指明了清晰的实践路径。党员干部必须把“实”字贯穿想问题、办事情的全过程，讲实话、办实事、求实效，扎扎实实干出实绩，实实在在让人民群众满意。

讲实话，是中国共产党人基本的政治品格。所谓讲实话，就是对党忠诚、实事求是、表里如一，直面问题、据实报情。我们党百余年的历史深刻表明，讲实话最能检验和锤炼党性。有的党员干部见风使舵、处世圆滑，有

的掩盖矛盾、粉饰太平，有的当面一套、背后一套，他们都有私心杂念在作祟。讲实话，是对党、对人民、对事业负责，是不藏私心、不谋私利的体现。

对党忠诚老实，首先就是要讲老实话、办老实事、做老实人。只有讲实话，才能守住底线，真正成为推动党和国家事业发展的骨干和服务人民的公仆……（来源于人民日报）



扫码看更多内容

### 奋进十五五 全力开新局

## 以设计赋智造 以创新强产业

本报讯（记者 陈俊霖 何云飞）近日，重庆市经济信息委公布2025年度市级工业设计中心认定结果，重庆景裕电子科技有限公司工业设计中心获评“重庆市市级工业设计中心（优秀级）”，成为全市27家获此殊荣的企业之一。此次获评，标志着景裕电子CMF全链路设计能力跻身全市前列、行业一流，为我市工业设计产业发展和先进制造业集群建设注入强劲动能。

扎根潼南高新区十载，景裕电子建成西南地区规模最大、工艺最全的金属精密制造与CMF全链路设计基地，是消费电子领域“设计+制造+CMF全链路”细分赛道的制造业龙头。

据悉，景裕电子工业设计中心聚焦铝镁合金笔记本外壳，累计持有61项核心专利，参与多项国家及行业标准制定，先后获评国家级绿色工



景裕电子金属精密制造自动化生产线。

厂、市级企业技术中心，技术创新实力持续领跑行业。

重庆景裕电子科技有限公司总

经理肖明辉表示，工业设计是制造业转型升级的核心引擎，未来公司将持续加大研发投入，强化CMF全链路

创新能力，聚焦新工艺、新材料、新表面技术研发，推动消费电子产业向高端化、智能化、绿色化升级，为“重庆智造”走向全球贡献力量。

“景裕电子获评市级优秀工业设计中心，是潼南积极融入重庆市‘33618’现代制造业集群体系的重要成果。”区经济信息委相关负责人表示，“工业设计是提升产品附加值、增强产业核心竞争力的关键环节，景裕电子的发展模式和创新经验为全区制造业企业转型升级提供了优秀范例。”

接下来，我区将培育壮大工业设计产业主体，完善工业设计创新体系，推动工业设计与制造业深度融合；同时持续优化营商环境，加大政策扶持力度，支持优质企业扩大产能、提升创新能力，吸引更多设计创新资源集聚潼南，以工业设计赋能潼南产业高质量发展。

5月11日，重庆2025年度纳税缴费信用评价结果公布：全市超100万户纳税人参评，A级纳税人数量超10万户，占比从2024年度的5.8%提升至10%，创历史新高；纳税缴费信用良好的A级和B级纳税人共48.2万户，同比增长5%。

从评价结果来看，重庆A级纳税人数据呈现“量质齐升”的显著特征。2023—2025年，重庆纳税缴费信用等级A级数量依次为3.5万户、5.7万户、超10万户，占参评总量比重分别为3.5%、5.8%、10%，实现数量和占比“三连增”。自2015年度起，连续10年保持A级纳税缴费信用等级，连续5年保持A级的达1802户。

A级纳税人数量为何攀升幅度如此大？

“主要原因是重庆税收营商环境与企业合规意识的持续改善。”市税务局相关负责人表示，为让更多企业享受到纳税信用带来的红利，重庆以政策落地与服务升级为抓手，多维度助力企业“守信增信”。

2025年，国家税务总局推出《纳税缴费信用管理办法》，明确规定：经营主体发生纳税缴费失信行为，符合相应纳税缴费信用修复条件的，可按相关方式进行修复。之后，重庆税务部门联合市发展改革委、市工商联等部门发布《重庆市纳税信用提升计划》，加强纳税缴费信用修复提醒。一方面，上线纳税“信用账户”，将未按期申报、未按期缴纳税款、未按期报送财务报表等10类高频扣分事项纳入重点监控范围，进行重点提醒，引导纳税人及时主动纠正失信行为。另一方面，组织人员通过上门辅导、在线讲解、征纳互动平台等方式，讲解涉税风险和纳税缴费信用修复流程，防范失信风险，引导企业依法纳税、合规经营。

截至今年4月，重庆有超40万户纳税人开展纳税缴费信用修复，1.9万余户纳税人在完成纳税缴费信用修复后实现纳税信用等级提升。

“成为A级纳税人，企业不仅手握信用‘金字招牌’，更能畅享税收服务、融资信贷等多重红利。”该负责人表示，根据相关规定，要连续5年为A级纳税人指派“专属联络员”，让守信企业在退税办理、信用贷款、招投标等方面享受更多便利。

纳税人可登录全国统一规范电子税务局，通过“我要办税—纳税缴费信用—纳税缴费信用管理”模块，查看2025年度评价结果。（来源于重庆日报）

## 重庆去年A级纳税人破十万户

占比创历史新高

## 潼南区举行“5·12”防灾减灾救灾系列活动

本报讯（记者 马艾）5月12日，在第18个全国防灾减灾日来临之际，潼南区举办“山城使命·2026”多灾种综合应急演练、第二届“涪江工匠”杯应急消防技能竞赛暨以赛促练实战演练、“5·12”防灾减灾日宣传系列活动。区委副书记、区长秦启光出席开幕式并致辞，市应急管理局二级巡视员蒲建坪、区领导曾伟、李先锋、王超尤参加。

秦启光表示，本次系列活动，既是对防灾减灾救灾知识的集中宣传，也是一次应急消防领域的技能交流，更是对我区应急救援能力的实战检验。各镇街、部门要进一步树牢“人民至上、生命至上”理念，压实责任、排查隐患、完善预案、强化演练，全面提升综合防范和应急处置能力，牢牢守住不发生较大及以上安全事故底线，切实保障人民群众

生命财产安全。全区应急救援队伍要对标一流、苦练精兵，潜心钻研专业技能，勇于攻坚克难，全力守护一方平安。希望广大市民主动参与，掌握更多防灾减灾常识、自救互救技能，懂安全、会避险、能自救、善互救，共同构筑起人人有责、人人尽责的人民防线。

近年来，我区深入贯彻落实习近平总书记关于防灾减灾救灾工作重

要论述，扎实推进安全生产治本攻坚和防灾减灾救灾固本强基三年行动，应急体系逐步健全，能力建设持续强化，基层基础不断夯实。今年全国防灾减灾日主题为“人人讲安全、个个会应急——提高防灾减灾救灾能力”。潼南通过以“演练强能、竞赛提质、宣传普及”为核心，政企协同、多部门联动，全面提升应急救援能力和群众防灾避险意识。

## 头茬辣椒俏上市 丰产稳供促增收

本报讯（记者 邓瑜欣 唐芪涵）初夏时节，农事渐盛。近日，桂林街道蔬菜基地辣椒迎来今年首轮集中采摘，露天种植的辣椒陆续成熟上市。连片菜田绿意盎然，饱满鲜亮的辣椒缀满枝头，农户抢抓晴好天气忙着采摘、分拣、装运，田间一派丰收忙碌景象，全力守护辖区时令蔬菜保供稳价底线。

走进基地田间，一株株辣椒枝繁叶茂，果实饱满、色泽红润鲜亮。农户们穿梭垄间，弯腰采收、分级装筐，分工配合、有条不紊，勾勒出一幅热闹鲜活的丰收图景。依托优越的水土禀赋和精细化田间管护，今年辣椒长势茁壮、挂果稠密、品相上乘，抗病能力突出，首轮收成喜人。

据了解，该基地辣椒种植面积达6000亩，亩产可达2.5吨，总产量约15000吨。眼下头茬辣椒新鲜上市，地头收购价稳定在3元/斤，市场销路走俏，有效拓宽了农户增收渠道。

“今年气候条件好，水肥管理跟



桂林街道蔬菜基地6000亩高辣椒丰收。

得上，头茬辣椒结得密、品质好、卖相亮眼。”田间采摘的农户徐文建欣喜地说，“基地规模化种植有保障，不用愁销路，每天采摘的辣椒都能及时外

运销售，在家门口务工务农，收入稳、日子有盼头。”

接下来，桂林街道将持续优化农业种植结构，丰富特色蔬菜品类，稳

步提升种植效益和保供水平，做大做强辣椒等特色产业，带动群众持续稳定增收，以特色现代农业发展全面赋能乡村振兴。

## 区政协党组(扩大)会暨区政协十一届五十五次主席会议召开

本报讯（记者 何云飞 陈芷琦）近日，区政协党组(扩大)会暨区政协十一届五十五次主席会议召开。会议传达学习习近平总书记关于加强和改进人民政协工作的重要思想，学习贯彻全市区县政协工作座谈会会议精神，研究部署下一步重点工作。区政协党组书记、主席欧汉东主持会议并讲话。

会议强调，要深入贯彻落实习近平总书记关于加强和改进人民政协工作的重要思想，坚持党对政协工作的全面领导，牢牢把准政协工作政治定位。要持续深耕主责主业，积极推进提案征集办理、反映社情民意信息等日常工作，推动政协工作提质增效、常态长效。要持续推进改革创新，运用AI赋能政协工作，推动数字政协建设落地见效。要加强清廉政协建设，认真抓好区委巡察反馈意见整改，扎实开展树立和践行正确政绩观学习教育，常态化开展作风建设，营造风清气正政治生态。

会议建议，要紧扣区委“十五五”规划重点任务，坚持围绕中心服务大局，组织委员深入一线调研，为城市精细化治理中重点难点问题建言献策，助力提升城市治理效能。要立足“一朵油菜花、一条太安鱼、一座大佛寺、一个古镇”等本土特色资源，深挖本土文化内涵，讲好潼南故事，聚焦文创产业发展、加快产业化转型。要以问题为导向，加强宗教事务管理和基础保障，提升规范化工作水平，筑牢宗教领域和谐稳定防线。

会议还审议了其他相关事宜。

### 导读

2版

全员练兵强本领 全民科普筑防线  
——潼南区扎实开展全国防灾减灾日系列活动

3版

弘扬民族文化 共建和谐校园



二甲醚球罐发生泄露，企业实现水系进行先期处置。



救援人员汇报现场情况。

5月12日，第18个全国防灾减灾日如约而至。潼南紧扣“防范灾害风险，护航高质量发展”的主线，打出了一套实战演练、技能比武、科普宣传的“组合拳”。从化工园区的惊心动魄，到竞技场上的汗水拼搏，再到广场上的温情互动，潼南以“练、赛、宣”三位一体的模式，将抽象的安全概念转化为看得见、摸得着的实战能力，全力守护一方平安。

实战破局

无脚本演练淬炼应急“铁军”

“报告指挥中心！突发6.2级地震，万利来化工公司厂房受损，二甲醚泄漏燃烧，甲醇罐区告急，周边山体出现滑坡迹象，请求紧急支援！”

5月12日，随着一声急促的报告，“山城使命·2026”潼南区多灾种综合应急演练在重庆市万利来化工股份有限公司拉开帷幕。这不是一场照本宣科的表演，而是一次全程无脚本、全实战的极限大考。演练模拟了地震叠加化工事故、地质灾害的复合型

极端险情，全方位检验应急救援的“硬核”效能。

现场，警报声划破长空。立体体检、环境监测、气象预判同步展开，迅速锁定风险源；公安交警火速封控现场，开辟生命通道；医护人员争分夺秒搜救转运伤员；消防与危化救援力量逆行而上，攻坚控火、堵漏洗消；属地镇街有序疏散群众，舆情管控与新闻发布同步跟进，整个处置链条环环相扣，实现了闭环管理。

打破壁垒、政企联动是此次

演练的最大亮点。潼南整合了国家综合性消防救援队伍、公安、应急、卫健、气象、属地镇街及企业救援队等多方力量，构建起“统一调度、快速响应、联动处置”的一体化救援格局。

“多灾种叠加处置难度极大，演练不走过场，就是要聚焦实战痛点。”潼南区应急管理局相关负责人表示，此次演练不仅补齐了复合型灾害处置的短板，更推动了应急工作从“单一应对”向“多灾种协同”的跨越。

以赛砺剑

技能比拼锻造救援“尖兵”

以赛促练强本领，实战砺剑保平安。同一天，潼南区第二届“涪江工匠”杯应急消防技能竞赛火热开赛。国家综合性消防救援队伍、政府（企事业单位）专职消防队、社会应急救援组织等多支劲旅，齐聚奋进广场、龙舟广场和九龙山三大赛场，展开了一场力量与速度的较量。

竞赛紧扣“全灾种、大应急”需求，设置了单兵、班组、实战演

练三大类共7个项目。在无人机航拍侦察赛中，选手们操控设备穿越障碍、精准取证，展现了智能化侦察的“千里眼”；3000米定向越野赛道上，队员们组队竞速、精准寻点，比拼的是耐力更是专注。

班组项目更是精彩纷呈：6人小队默契配合，在森林灭火、有限空间切割、竖井救援等高危科目中游刃有余；5人小组快速铺设水带、同步打靶，动作行云流水；双人搭

档高效处置火警故障，分秒必争。压轴出场的洪涝救援演练中，4人分队熟练完成舟艇组装、水域施救，配合默契，尽显专业素养。

“项目完全贴合实战，既检验了训练成果，又能交流经验、取长补短。”参赛队员王班长赛后擦着汗水说道。这场同台竞技，不仅锤炼了队伍的实战能力，更为应对未来可能发生的灾害筑牢了安全屏障。

科普入心

沉浸式体验织密全民“防线”

夜幕降临，华灯初上，奋进广场却依旧人声鼎沸。“人人讲安全、个个会应急”防灾减灾宣传活动在这里暖心启幕。活动打破了以往单向宣讲的枯燥模式，用沉浸式、互动式的体验，让安全知识真正“飞入寻常百姓家”。

活动现场设置了四大功能区。主题展示区里，图文并茂的展板和循环播放的宣传片，用真实案例敲响了安全警钟；咨询台前，工作人员面对面答疑，手把手教群众排查居家隐患、学习简易

急救技巧，语言通俗接地气。

人气最旺的当属现场体验互动区和应急装备展示区。破拆工具、防毒面具、救援无人机等“高精尖”装备整齐陈列，引得市民纷纷驻足围观体验；知识问答、逃生帐篷体验等环节更是趣味十足，大人小孩踊跃参与。不少青少年还亲身体验了应急逃生和心肺复苏实操，在互动中补齐了知识短板。

“以前觉得灾害离自己很远，今天亲身体验，现场听讲，才发现

日常隐患容易被忽视，学到的逃生技巧特别实用！”市民李女士感慨道。这场活动让防灾减灾知识变得可看、可学、可体验，推动安全理念深入人心，凝聚起全民防灾的强大合力。

潼南将以此此次防灾减灾日为契机，持续打出“练、赛、宣”组合拳，构建“专业过硬、基层有力、全民参与”的防灾减灾新格局，不断提升区域安全韧性，护航潼南高质量发展。

全员练兵强本领 全民科普筑防线

潼南区扎实开展全国防灾减灾日系列活动

筑牢防灾减灾的人民防线

昱博

今年5月12日是第18个全国防灾减灾日，主题是“人人讲安全、个个会应急——提高防灾减灾救灾能力”。在这个特殊的日子，回望潼南在防灾减灾领域的探索与实践，我们看到的不仅是一组组数据、一项项工程，更是一条以人民为中心、以科技为支撑、以基层为根基的防灾减灾之路。

防灾减灾，重在未雨绸缪。潼南地处涪江、琼江交汇处，流域里程149公里，每逢夏季，过境洪水频发多发。面对这样的地理“先天条件”，潼南没有被动等待，而是主动出击。从建成投用386处雨量监测站、90处自动水位站，到制作沿江14个镇街防洪风险图，再到统筹建立“1+7+23”专常群应急救援力量体系，每一个数字背后，都是对“人民至上、生命至上”理念的生动诠释。这种“宁可十防九空，不可失防万一”的清醒与担当，正是防灾减灾工作的根本所在。

科技赋能，让防灾减灾更智慧。在潼南，数字技术正成为防灾减灾的“千里眼”和“顺风耳”。“应急卫星叫应固定站”在高风险区、人口密集区织密预警网络，分段分级分类分层递进式预警叫应机制与“141”基层智治平台深度融合，实现了“有叫必应、有令必行”的双向闭环。从“传统模式”到“数字赋能”，从“被动应对”到“主动预警”，科技的力量正在让防灾减灾工作从“能用”向“好用”“管用”转变。这种转变，不仅提升了效率，更让群众的安全感有了实实在在的依托。

演练实战，锤炼应急“硬实力”。防灾减灾，不仅要有“防”的智慧，更要有“救”的能力。从2022年防汛救灾演练中直升机水上救援、水上救援飞翼等“黑科技”亮相，到2025年玉溪镇首次通过基层智治平台进行全链条数字防汛演练，潼南用一次次贴近实战的演练，检验预案、磨合机制、锻炼队伍。这种“以演备战、以练筑防”的务实作风，让应急救援体系更加完善，让群众在面对灾害时多了一份从容与底气。

防灾减灾，归根结底是一场人民战争。历史经验告诉我们，只有让每个人都成为防灾减灾的参与者和受益者，才能真正筑牢安全防线。从基层灾害信息员、社区网格员实操培训，到面向群众的防灾减灾科普宣传，再到“应急有我 安全同行”志愿服务活动的深入开展，潼南正在将防灾减灾的触角延伸到每一个角落。当群众熟悉了预警信号、掌握了逃生避险路线、学会了急救常识，防灾减灾便不再是政府部门的“独角戏”，而成为全民参与的“大合唱”。

防灾减灾，功在当代，利在千秋。只有把责任压实、把防范做实、把救援准备扎实，才能在灾害来临时从容应对，才能守护好人民群众的生命财产安全。

涪江锐评

本报记者 陈俊霖 何云飞



无人灭火车现场处置泄露情况。

消防队员现场确认无二次爆炸风险，重新入场开展处置。

# 弘扬民族文化 共建和谐校园



舞蹈组《弥渡山歌》。

本报讯(记者 李彦亭)五月榴花照眼明,校园歌舞颂华章。5月10日,塘坝镇文昌学校内彩旗飘扬、歌声嘹亮,以“弘扬民族文化 共建和谐校园”为主题的校园艺术节热闹举行,全校师生与家长齐聚学校操场,共同开启了一场民族文化盛宴。

上午9时,艺术节在鼓舞《鼓舞华夏》中震撼开场。鼓声阵阵,如春雷激荡,瞬间点燃了全场的热情,紧接着舞蹈班的彝族舞《弥渡山歌》和苗族舞《哈尼宝贝》轮番登场。小舞者们身着绚丽的民族服饰,动作灵

动优美,将彝族少女的羞涩与苗族孩童的活泼展现得淋漓尽致。乐器小合奏《卖报歌+云宫迅音》更是别出心裁,当经典旋律遇上民族乐器的演绎,熟悉的音符在校园上空回荡,引得台下掌声不断。

亲子合唱《爱我中华》《天之大》掀起了上午活动的一个高潮。家长与孩子手牵手站上舞台,用最真挚的歌声唱出了对祖国的热爱和对亲情的珍视。随后的亲子舞蹈《民族大联欢》更是欢乐满溢,家长与孩子携手起舞,其乐融融。

“和孩子一起排练、一起上台,这种感觉太美妙了。”带着女儿参加亲子合唱的家长张女士激动地对记者说:“平时工作忙,陪孩子的时间不多。这次学校举办这样的活动,让我们有了真正‘在一起’的时光,看到女儿在台上自信的样子,我特别感动。”

“孩子为了准备蒙古舞《布里亚特》,每天回家都主动练习,还给我讲蒙古族的风俗。以前他有点内向,现在变得开朗自信多了。这样的活动不仅让孩子爱上了民族

文化,更让他找到了闪光点。作为家长,我们特别支持。”学生家长张先生也感慨道。

本次艺术节的成功举办,充分展现了塘坝镇文昌学校坚持“五育并举、五育融合”的教育成果,为学生搭建了展示自我的舞台,让每个孩子都能在民族文化的滋养中找到属于自己的光芒。学校相关负责人表示,将继续深耕民族文化教育,厚植学生家国情怀,让民族团结的种子在每一个孩子心中生根发芽,共同绘就盛世中华的美好画卷。



美队组手工作品。



新疆铃鼓舞《舞起幸福鼓》。

## 书香启新程 文韵伴成长

本报讯(记者 陈俊霖 何云飞)5月8日,重庆电力高等专科学校(潼南校区)图书馆书香氤氲、座无虚席,知名作家、文化学者张刚先生亲临现场,与我区文学界代表、全校400余名师生共话文学、畅谈创作,一场有温度、有深度、有情怀的文学盛宴精彩上演。

据介绍,张刚先生深耕文坛四十载,公务之余笔耕不辍,出版《橙黄橘绿正当时》《时光边缘》等多部佳作,斩获冰心散文奖,作品

被海内外多家机构收藏,用文字书写时代、记录生活、传递力量。

分享现场,张刚先生以亲切自然的口吻,结合自身创作心路与代表作品,娓娓道来文学创作的点滴感悟。他从史料爬梳到叙事重构,从传统文化到当代表达,用鲜活案例拆解创作奥秘,引导大家在阅读中思考、在生活中取材、在文字中沉淀。没有枯燥说教,只有真诚分享,句句直击人心,台下师生听得入神、不时点头共鸣。

互动环节气氛高涨,大家踊跃举手提问,围绕阅读习惯、写作技巧、文学与人生等话题积极交流。张刚先生耐心细致作答,金句频出,妙语连珠,现场掌声、笑声不断。

“这场分享会太实用、太接地气了!”重庆电力高等专科学校(潼南校区)安志珍激动地说,“张刚先生一边坚守岗位、一边坚持写作的精神特别打动我。让我明白,文学不是遥不可及的星空,而是藏在日常里的热爱与

坚守。今后我会多读书、多观察、多动笔,让文字成为陪伴自己成长的力量。”

此次分享会,不仅搭建起名家与文学爱好者交流互动的优质平台,更有力推动全民阅读走向深入,点燃了大家阅读与创作的热情。下一步,我区将持续开展形式多样、内容丰富的文化惠民活动,厚植人文底蕴、涵养书香风气,让文学之美浸润千家万户,为区域文化繁荣与精神文明建设添砖加瓦。

## 墨痕新展启幕 翰墨浸润潼城

本报讯(记者 丁怡然)“笔力遒劲,气韵生动!”“作品兼具新意与底蕴,传统韵味十足!”5月9日,区图书馆总馆内人气鼎盛,“笔意永续,墨韵长新”第四届墨痕新书法作品展暨川渝书法艺术交流会正式启幕,众多书法家的精品力作集中亮相,引得观众驻足品鉴、纷纷留影。

活动中,书法家们现场向区

文化馆捐赠作品,并围绕创作理念展开交流。

作品展厅中,清雅的墨香萦绕鼻尖,展览作品篆隶楷行草五体兼备,每一幅都风格鲜明、各有千秋,让人目不暇接。或雄浑苍劲,或清雅俊逸,或朴拙天真,或恣意洒脱,每一笔划都凝结着作者的心血与智慧,既见深厚的传统功底,又富有鲜明的时代气息,

充分展现了当前我区书法创作的整体实力与蓬勃生机。

“这些作品既细腻又雅致,越看越着迷!”从小临摹字帖的学生张露站在一幅楷书作品前,看得格外认真。她说:“今天亲眼看到这么多好作品,就是在‘现场取经’,我回去后一定好好练习,传承好书法这门传统文化。”

展厅内,书法爱好者们各有所

获。大家不时交流见解:“这幅作品笔法流畅,气势磅礴!”“这幅作品结构端庄,雅俗共赏!”现场氛围热烈,尽显书法艺术的魅力。

据悉,这场“墨香盛宴”将在区文化馆对公众免费开放,市民可近距离欣赏川渝两地名家佳作。



近日,两则消费纠纷事件将“网络维权”与“舆论审判”的边界问题推至公众面前。一则是河南商家驱车1600公里、花费5000余元跨省追踪“仅退款”买家;另一则是“高价皮皮虾”事件中,食客出面澄清“明码标价、签字确认、监控可查”。在“人人麦克风”的时代,网络曝光正日益成为当事人寻求“快速正义”的首选路径,而屏幕之外的围观者,也极易在碎片信息中完成道德站队,让理性判断让位于情绪宣泄。

网络曝光作为舆论监督的一种形式,其积极意义毋庸置疑。它能打破信息壁垒,推动商家、平台与职能部门作为。然而,“上网”与“热搜”正成为解决问题的条件反射,曝光本身出现异化。在上述“仅退款”纠纷中,商家千里追踪的执着值得同情,但买家尚未查清事实便被“人肉搜索”与言语攻击,已越正当监督的边界。同样,在“皮皮虾”事件中,早期爆料聚焦“天价”点燃众怒,直到后续证据浮现,舆论才得以反转。

回顾两起事件,不难发现网络曝光的威力是巨大的,但这种威力一旦脱离事实的锚点,便可能从“监督利器”异化为“伤害凶器”。在信息传播高度碎片化的今天,当事人发布的视频、图片、文字往往只是事件的一个剖面,甚至可能是经过选择性呈现的单方叙事。网友在转发、评论、声援的过程中,实际上已经参与了一场“在线审判”。当这种审判先于司法调查、先于事实核查,它就构成了网络暴力。即便打着“正义”的旗号,其本质仍是以众暴寡,以情绪代替证据。

网络暴力的成本极低,纠错成本却极高。一句跟风谩骂、一次冲动转发,对施暴者而言或许只是随手之举,但对被误伤的对象来说,却可能是名誉的损毁、精神的崩溃,甚至是现实生活的崩塌。当“皮皮虾”事件的商家最终被证明并无宰客行为,那些此前义愤填膺的声讨者,又有几人愿意公开道歉、承担误伤的责任?当“仅退款”买家若确有难言之隐或存在其他隐情,汹涌的网暴早已对其造成了不可逆的伤害。

面对网络曝光,公众不妨培育一种“延迟判断”的理性。看到令人气愤的爆料,不妨先让情绪“冷却三秒”,细思信息来源是否单一?证据链是否完整?另一方当事人有无回应渠道?职能部门是否已经介入?让子弹飞一会儿,不是冷漠,而是对事实的尊重;不轻易站队,不是麻木,而是对法治的坚守。我们应当支持当事人通过网络合理发声、维护权益,但更应警惕将网络当成“私刑场”,将舆论压力异化为对个体的“社会性死亡”判决。

呼吁群众理性,并不意味着为不良行为开脱。如果“仅退款”确实存在恶意,法律自会还商家公道;如果确有商家欺客宰客,监管也绝不会姑息。法治社会解决纠纷的终极依据,应当是事实与法律,而非谁的声音大、谁的视频剪辑得更煽情。

善意是底线,理性是护栏。网络曝光不应成为网暴的遮羞布,群众的正义感更不应被情绪裹挟。愿每一位网民都能守住理性的底线,让网络曝光回归监督本质,让谩骂与偏见退场,让真相与公正前行,共同构建一个文明、理性、有序的网络空间。



## 防患未“燃”守平安 以练为战筑防线

本报讯(记者 李彦亭)近日,区妇幼保健院组织开展消防安全培训暨应急演练活动,特邀重庆市公安消防知识宣传培训中心专业教官现场指导,医院干部职工、保安、保洁及护工等共同参加。

培训过程中,消防教官围绕“消防安全责任制与岗位职责”“消防四个能力建设实操要点”“常见消防设施与器材规范使用”“火场逃生技巧及常见误区”等内容,结合近年来典型火灾案例,进行深入浅出的讲解,课程内容丰富、案例警示性强,进一步强化了职工对消防安全重要性的认识。

随后,全体参训人员前往指定区域,开展火灾应急疏散与初期火灾扑救实战演练。在教官的指导下,按照预定方案,有序完成疏散逃生、灭火器和消防栓使用等操作,切实掌握扑救初期火灾的基本技能。演练过程组织严密、反应迅速,展现出良好的应急处置能力。

本次培训既是一次知识的更新,更是一次实战能力的检验。区妇幼保健院将持续推进消防安全管理常态化、培训演练制度化,进一步筑牢安全防线,努力为患者和职工营造更加安全、稳定、和谐的就医与工作环境。

夏天快来了,炎热的天气里总想吃点可口的水果,果香浓郁、口感清新的西柚(也叫葡萄柚),老人小孩都爱吃。

但需要注意的是:在服用某些药物时吃西柚,药效可能失控,甚至带来健康风险。



扫码看更多内容



# 这种水果,与85种药物相冲

## 服药期间远离西柚 超85种药物和它“相冲”

北京大学第三医院药理学部副主任药师李潇潇表示,西柚能使患者在药物使用过程中血药浓度数倍放大,所以在服用某些药物时,要远离西柚。

专家介绍,患者服下药物后,一般来说,药物需要在肝脏进行代谢。西柚中含有一种叫作“呋喃香豆素”的成分,它会抑制肝脏中CYP3A4酶的活性。而我们吃的很多药物,都需要靠这种酶来代谢分解。酶被抑制后,药物没法正常“消化”,就会在血液里越积越多,相当于“过量服药”,副作用风险自然大幅升高。

以每天都需要吃降压药为例,吃西柚会增加降压药的药剂量,容易引起低血压,轻则头晕心慌乏力,严重可能晕倒,甚至休克。正因如此,很多降压药的说明书上都会标注:用药期间不得吃西柚或者喝西柚汁。

会受到西柚影响的不仅是降压药。除了常见的抗生素、止痛药,还有特殊患者服用的一些安眠药、抗癌药等。目前,至少有85种药物可与西柚产生相互作用,其中一半会导致严重不良反应。

会受西柚影响的药物			
极高风险			
治疗 HIV 感染	马拉韦罗		
降血脂药	洛伐他汀	辛伐他汀	
抗心律失常药	决奈达隆		
缓解头疼药	麦角胺		
麻醉药	口服氯胺酮		
抗精神病药	鲁拉西酮		
高风险			
抗肿瘤药	克唑替尼	达沙替尼	厄洛替尼
	依维莫司	拉帕替尼	尼罗替尼
	帕唑帕尼	舒尼替尼	
抗感染剂	红霉素	伯氨喹	
	奎宁	利匹韦林	
降血脂药	阿托伐他汀		
心血管药	胺碘酮	阿皮西班	西洛他唑
	氯吡格雷	依普利酮	
	替格瑞洛	维拉帕米	
抗精神病药	丁螺环酮	喹硫平	齐拉西酮
止咳药	右美沙芬		
止痛药	口服芬太尼	羟考酮	
肠胃药	西沙必利		
免疫抑制剂	环孢素	依维莫司	
	西罗莫司	他克莫司	

会受西柚影响的降压药		
XX 地平	硝苯地平	氨氯地平
	非洛地平	拉西地平
	尼卡地平	
XX 洛尔	普萘洛尔	酒石酸美托洛尔
其他	氯沙坦	依普利酮

要注意的是,名单并不全面,所以最稳妥的建议是:但凡吃药,避免短时间内同时吃西柚。

医生提示,患者可关注药品说明书,如果其中明确该药物是经过3A4酶代谢的,千万不要在服药时喝西柚汁;若不小心吃了西柚或喝了西柚汁,应在6小时后再吃药。

### 服药后,什么时候可以吃西柚?

方便复制说了这么多,或许还有人想问:隔几个小时吃可以吗?

■药和西柚隔几个小时吃,可以吗?

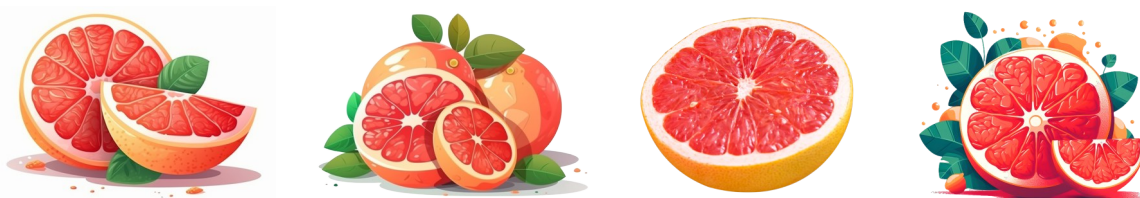
隔几个小时吃,并不会降低潜在风险。有文献显示:吃了西柚或喝了西柚汁之后,酶的活性或

需要72小时才能恢复。所以说,不光是吃药时不能吃西柚,如果西柚会影响你正在吃的药,整个用药期间都不要吃西柚。实在想吃,建议间隔3天以上。

■西柚味饮料/果酱/酸奶能吃吗?  
只要含有西柚提取物或汁液,都可能带来相互作用;加工并不一定能消除影响。

■不吃西柚,吃普通柚子可以吗?  
最好不要。橙子、青柠、柚子等柑橘类水果其实都有呋喃香豆素,不过含量通常都比西柚低,危险性也相对小一些。但品种不同,呋喃香豆素的含量也有很大波动,生活中也没有办法快速知道含量,所以服药期间,尽量少吃或不要同时吃。

来源:央视新闻微信公众号



## 不能吃! 不能吃! 统统不能吃!

提到植物,很多人第一反应是“绿色、天然、应该很安全”。但在山坡、路边、院落、景区和田间地头,藏着一些“会伪装”的植物——它们有的开花很漂亮,有的果实很诱

人,有的长得像野菜、像芋头、像山野小果,实际上却可能带来中毒风险。为什么这些植物容易“骗过眼睛”?因为它们常常具备几个特点:大都生

长在田间地头、庭院、绿化带,十分常见。它们有的有奇异的外观、有的颜色鲜艳、有的果实硕大,有的甚至带着“草药”的传说。

### 乌头

看起来像草药,其实是“剧毒代表”

**生长地:**乌头在重庆的山地、林缘、草坡一带并不少见,部分种类还会被误认为“药材植物”。

**中毒症状:**乌头含有多种生物碱类毒素,误食后可迅速引起不适,严重时可能出现:口唇发麻、舌头发木恶心、呕吐、腹痛心悸、胸闷头晕、四肢发软严重者可能出现心律失常、呼吸衰竭,甚至死亡。

**近年来发生中毒的原因:**把乌头误当成药材自行泡酒把野外挖来的根茎“当成补品”采挖时皮肤接触后又揉眼、摸嘴



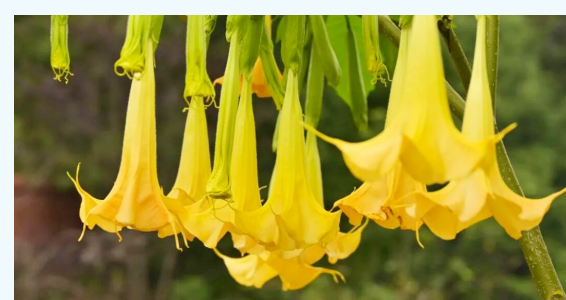
### 曼陀罗

花很美,毒性很强,别被“仙气”迷惑

**生长地:**曼陀罗在重庆一些路边、荒地、村旁甚至围墙边都可能见到。它的花通常又大又白或偏紫,看上去很有“高级感”,像极了“观赏植物”。但它的现实身份是:有毒植物里的“知名选手”。

**中毒症状:**曼陀罗全株有毒,尤其是种子、叶片和花。误食后可能出现:口干、眼说话含糊心跳加快、呼吸加深兴奋、烦躁、产生幻觉后进入昏迷血压下降、呼吸减弱、呼吸衰竭而亡。

**近年来发生中毒的原因:**误食果实或种子;自制药物或茶饮。



### 商陆

长得像野菜,红果像“小葡萄”,但不能吃

**生长地:**商陆在重庆的田边、荒坡、路旁都可能见到。它最大的“伪装术”就是:长得有点像能吃的野菜,紫黑色果串又很显眼。

**中毒症状:**恶心、呕吐、剧烈腹泻、腹痛,严重时导致脱水、抽搐头晕、头痛、烦躁不安、严重时出现意识障碍、昏迷、呼吸困难心率加快或减慢、血压下降(严重时休克),心律失常,可能引发心肌损伤。

**近年来发生中毒的原因:**因为它的果实看起来像“可以尝一口”的山野果,也有人误认为是人参而食用根茎。



### 滴水观音(海芋)

观赏界“美颜担当”,却是常见误伤植物

**生长地:**滴水观音在重庆的公园、绿化带、庭院和室内盆栽都很常见。它叶片硕大、姿态挺拔,很多人一眼就觉得“很高级、很清凉”。但它的另一个名字也说明了问题:海芋有刺激性汁液,误碰误食都可能出问题。

**中毒症状:**皮肤发痒、发红、灼烧刺痛感口腔灼痛、流涎不止咽喉刺痛、肿胀、发声困难眼睛刺激、流泪、甚至致盲如果误食,尤其对儿童来说,风险更大。

**近年来发生中毒的原因:**以为是“芋头”而误食觉得“只是摸一下,不会有事”小孩把叶片当成玩具掰着玩



### 马桑果:山里常见“诱惑型野果”,千万别尝

**生长地:**马桑果多见于山野坡地、林缘地带。

**中毒症状:**恶心、呕吐、腹痛、腹泻心慌、乏力严重者可能呼吸、循环衰竭死亡。

**近年来发生中毒的原因:**因为“看起来能吃”的外表,最容易让人掉以轻心而误食浆果。尤其在野外采摘时,很多人有一种“熟了就能吃”的误区,这在马桑果上尤其危险。



### 桐油果:别和“能吃的果实”混淆

**生长地:**桐油果在一些地区的路边、山坡或绿化环境里可能见到。

**中毒症状:**胃肠道不适、恶心呕吐、腹痛腹泻头晕、胸闷、乏力,造成多组织器官损伤。

**近年来发生中毒的原因:**误食桐油果果仁采回家当摆件,顺手让孩子把玩。



扫码看更多内容

来源于重庆广电-第1眼新闻、重庆疾控