

孩子久咳不止 专家提示要合理膳食

新华社沈阳12月14日电(记者武江民)进入冬季,呼吸道感染疾病高发,很多儿童感染退烧后,咳嗽症状却持续存在。家长该如何帮助孩子有效缓解“咳咳咳”,针对这个问题,记者近日咨询了相关专家。

辽宁中医药大学附属医院治未病科主任王莉说,孩子在流感、肺炎支原体患病后期,应注重养脾胃,把体质调理好、养起来,饮食以清淡为

主,忌糖,忌生冷,忌鱼虾蟹,忌食补。专家介绍,从中医角度讲,孩子咳嗽时间比较长,可以采用一些食疗方进行调理:

如果孩子表现为咳嗽、痰多、痰白清稀时,将新鲜的梨洗净,不去皮,挖去梨核,在梨中间加入陈皮、生姜,放在碗中隔水蒸,喝汤吃梨。

如果孩子表现为干咳、少痰,可用百合、川贝炖梨,百合和川贝都有

滋阴润肺的作用。孩子如果胃口不好,谷芽、麦芽、山楂煲水服用,具有开胃健脾的作用,可以促进消化。

专家提示,很多家长很注重给孩子吃水果、青菜,但是物极必反,如果只吃水果、青菜,这些食物很寒凉,如果孩子体质比较寒凉,食用后就容易咳嗽。尤其一到晚上,更容易咳嗽、流鼻涕、出汗,所以家长要判断清楚后再给孩子用正确的食疗方法。

数读中国这十年

GDP十年翻番

我国经济实力实现历史性跃升



这是第六届中国国际进口博览会施耐德电气展台展出的“零碳城市”愿景模型(2023年11月9日摄)。

新华社发

超过120万亿元——2013年至2022年,我国国内生产总值(GDP)从59.3万亿元增长到121万亿元,年均增长6%以上,按年平均汇率折算,经济总量达18万亿美元,稳居世界第二位。

2023年,我国经济社会发展主要预期目标有望圆满实现,这也意味着,我国经济总量将持续稳定增长。

新时代以来,我国经济总量已翻了一番,发展站在新的更高历史起点上:

从时间线来看,2014年、2016年、2017年、2018年、2020年、2021年,我国GDP相继跨越60万亿元、70万亿元、80万亿元、90万亿元、100万亿元、110万亿元大关,2022年突破120万亿元。

2020年,中国是全球唯一实现经济正增长的主要经济体。最近三年,中国经济年均增长达到4.5%,高于世界平均增速2.5个百分点左右。2023年,我国经济增速将继续在主要经济体中居于前列。

纵向看,目前我国每年GDP增量,已远超过世纪90年代初期全年GDP。我国经济1个百分点增速带来的增量,相当于10年前的约2.1个百分点。

经济总量持续提高的同时,人均GDP实现新突破。10年来,我国人均GDP从43497元增长到85698元。按年平均汇率折算,

2022年我国人均GDP达到12741美元,连续两年保持在1.2万美元以上。

中国经济占全球份额稳步提升,国际影响力与日俱增。

10年来,中国经济总量占世界经济的比重从12.3%上升到18%左右,货物贸易总额连续6年位居世界第一,对世界经济增长的年平均贡献率超过30%,一直是推动世界经济增长的最大引擎。

外汇储备稳居世界第一。10年来,我国外汇储备稳定在3万亿美元以上,2022年末外汇储备余额达到31277亿美元。在外部形势复杂严峻、不确定性上升的背景下,庞大稳定的外汇储备规模为我国经济抵御外部风险冲击提供有力保障。

一组组数据,见证我国综合国力、国际影响力、人民生活水平稳步提升,彰显我国发展基础更牢、发展质量更优、发展动力更为充沛。

今年是全面贯彻党的二十大精神开局之年,是三年新冠疫情防控转段后经济恢复发展的一年。

面对波谲云诡的国际政治经济环境和繁重艰巨的国内改革发展稳定任务,我国经济成功顶住外部压力、克服内部困难,实现回升向好:前三季度GDP达913027亿元,按不变价格计算,同比增长5.2%。

基于对中国市场的长期看好,外资金融机构持续“加码”中国债券市场。中国人民银行数据显示,境外机构已连续9个月净买入我国债券,2023年以来累计净买入量近1万亿元,其中10月份外净买入量已超过2000亿元,预计11月份增持量有望达到2500亿元。

近期,国际货币基金组织(IMF)、经济合作与发展组织(OECD)等诸多国际机构密集上调中国经济增长预期,为中国经济投下“信任票”。

IMF将中国2023年GDP增长预期从之前的5%上调至5.4%,同时上调2024年GDP增长预期。OECD将2023年中国GDP增速预测值上调至5.2%。亚洲开发银行日前发布的《2023年亚洲发展展望(12月版)》报告预测,2023年中国经济增长率将达到5.2%,高于9月预测的4.9%。

刚刚闭幕的中央经济工作会议指出,综合起来看,我国发展面临的有利条件强于不利因素,经济回升向好、长期向好的基本趋势没有改变,要增强信心和底气。

中央财办分管日常工作的副主任、中央农办主任韩文秀表示,2023年我国对全球经济增长的贡献约为1/3,是世界经济最大的引擎。“跟去年相比,跟其他国家相比,我国发展的成绩是令人信服的,可以说是风景这边独好。”

新华社北京12月14日电



孩子久咳不止

专家提示要合理膳食

进入冬季,呼吸道感染疾病高发,很多儿童感染退烧后,咳嗽症状却持续存在

专家介绍

从中医角度讲,孩子咳嗽时间比较长可以采用一些食疗方进行调理:

咳嗽、痰多、痰白清稀



将新鲜的梨洗净,不去皮,挖去梨核,在梨中间加入陈皮、生姜,放在碗中隔水蒸,喝汤吃梨

干咳、少痰



可用百合、川贝炖梨,百合和川贝都有滋阴润肺的作用

胃口不好



谷芽、麦芽、山楂煲水服用,具有开胃健脾的作用,可以促进消化

如果只吃水果、青菜,这些食物很寒凉,如果孩子体质比较寒凉,食用后就容易咳嗽

家长要判断清楚后再给孩子用正确的食疗方法

新华社发(宋博制图)

原山西省质监局局长

“红通人员”常高才回国投案

新华社北京12月14日电 近日,在中央反腐败协调小组国际追逃追赃工作办公室统筹协调下,经山西省纪委监委扎实工作,“红通人员”、外逃职务犯罪嫌疑人常高才回国投案。

常高才,男,1957年1月出生,原山西省质量技术监督局党组书记、局长,涉嫌职务犯罪,于2019年外逃。2019年9月,山西省纪委监委对其立案审查调查。2022年4月,国际刑警组织对其发布红色通报。办案机关已依法查封、扣押、冻结其涉案财物。

中央追逃办负责人表示,常高才回国投案,是纪检监察机关贯彻落实党的二十大精神 and 中央纪委二次全会部署、持续开展“天网行动”的重要成果。海外不是法外,外逃永远没有出路。我们将持续深化反腐败国际合作,坚持有逃必追、一追到底,奉劝外逃人员认清形势、放弃顽抗,尽早回国投案,争取宽大处理。