

■ 时评

文·欧甸丘

河北、江西、重庆等地近日相继出台意见,鼓励有条件的地区和单位根据实际情况实施弹性作息制度,依法优化调整作息安排,为职工周五下午与周末结合的“2.5天休假”创造有利条件。作为落实国家政策的部署,“2.5天休假”正在全国多地陆续启动,为希望弹性休假、分散休假的劳动者带来了激动与期盼。

近年来,本该悠闲休假的“黄金周”屡屡变成烦恼无尽的“黄金粥”。被堵在高速公路上打羽毛球、在景区排队两小时等待上厕所等现象,折射出旅游需求短期爆炸式释放带来的尴尬,极大降低了假期出游的幸福指数,成为旅游业发展的重要制约因素。由双休日到“2.5天休假”,劳动者多了半天的自由活动时间,可以避开旅游高峰,实现小范围探亲访友或自驾游,有助于获取到更优质的旅游服务和体验,值得在更大范围内进行推广。

然而,“2.5天休假”作为一项鼓励性和倡导性政策,落实的关键在各单位自身。记者在基层采访时,有的事业单位领导反映“上面没有具体操作细则,是否符合条件争议太大,不敢贸然施行”;有的企业表示“企业无权自主决定将周五下午的工作时间调到周一

至周四,否则可能被员工索要加班费”;有的员工说“我个人力量有限,不仅说服不了领导,还可能给领导留下不想好好工作、只想休息的印象。”破除“不敢做、不愿做、不能做”的障碍,成为推动落实“2.5天休假”政策的当务之急。

应当为激活“2.5天休假”清障,政策落实障碍不除,好政策难以落地生根,难以成为真正的惠民之举。尽管国务院今年8月就已经发文鼓励“2.5天休假”,但真正实施的单位却未大面积出现,以致不少劳动者吐槽“2.5天休假”是“鸡肋式”福利,也不利于借

助弹性作息制度的政策“红利”,激发旅游消费热情、拉动内需。

有关地方政府不妨在落实鼓励“2.5天休假”时,结合地方实际情况,出台相关操作指引,针对不同类型的单位进行分类指导,明确哪些地方、哪些类型的单位属于“有条件”“可执行”;增强服务企事业单位职工的主动性,引导各单位职工和工会积极参与到向企业争取“2.5天休假”的协商谈判中。加强民主协商,妥善维护好市场各方利益平衡,才能让劳动者真正享受到“2.5天休假”福利。

为激活“2.5天休假”清障

■ 图说

拉萨龙王潭里鸟儿欢



入冬以来,西藏拉萨市白天多为阳光明媚的天气,到拉萨龙王潭公园越冬的鸟类日益增多,斑头雁、红嘴鸥等20多种鸟类在这里越冬,水中游弋和空中飞翔的鸟儿给游园的人们增添了不少乐趣。图为游览龙王潭公园的人们在观赏拍摄红嘴鸥。 新华社记者 张汝锋摄

河北建首个穹顶体育馆



近日,总投资2.61亿元,建筑面积2.63万平方米的河北省张家口经开区河北北方学院体育馆正在加紧建设中。据介绍,该项目是河北省首个穹顶结构体育馆。建成后的体育馆具备承办冰球、短道速滑、花样滑冰等多项冰上项目的国际级单项比赛和全国性综合赛事的能力,并改写张家口冬季体育运动项目“有雪无冰”的历史。图为正在建设中的体育馆。 新华社记者 杨晓亮摄

“无土水芹”喜获丰收



近日,河北省永清县韩村镇东营水体生态景观农业科技园引种无公害“无土水芹”,获得成功。据悉,“无土水芹”采用“自动下沉式水生蔬菜种植浮床”栽培技术,实现芹菜产前、产中、产后标准化种植生产。这个科技园所种植的“无土水芹”亩产超过3万斤,市场前景可观。图为农业科技园员工在展示“无土水芹”。 新华社记者 李果果摄

昆明严把生物安全关



为防止外来有害生物传入和云南珍稀物种资源传出,云南昆明机场检验检疫局转变工作职能和工作重心,严守国门生物安全关,建设成效。今年1—11月,昆明机场检验检疫局共检验检疫进出境种苗674批、370.02吨,检验检疫进出境食用水生动物及其产品3146批、3322.86吨,截获旅客禁止进出境物1748批次、7900千克,发现症状旅客955人、确诊62例。图为工作人员对农产品进行抽样检验。 新华社记者 李明放摄

西客站充电站投入使用



近日,由北京富电科技有限公司投资建设的西客站大型充电站正式建成投入使用,充电站位于西客站附近的瑞海大厦B4层,建设规模为100根充电桩,可为周边电动汽车用户及电动出租车提供充电服务,每天最大服务能力达850车次。 新华社记者 罗晓光摄

猝死再现,马拉松之殇何解?

■ 将新闻进行到底

文·本报记者 刘垠

12月5日,深圳国际马拉松发生悲剧,一位33岁的选手途中倒地,因抢救无效死亡。随着全民健身热潮兴起,马拉松比赛中有人晕倒甚至猝死的消息开始走进公众视野。

截至目前,今年已有4起类似事件发生,猝死者均为年轻人且都倒在了终点及终点附近。这让不少人心生疑惑,为何猝死现象频发?是组织保障不规范,还是医疗救援不到位?或是跑友为刷出新速度的沉重代价?

——新闻缘起——

国内马拉松一年4次猝死悲剧

深圳马拉松选手猝死事件,是今年国内马拉松比赛发生的第四例猝死事件。1月份香港马拉松,一名24岁香港科技大学毕业生首次参加10公里赛,在距离终点仅数百米晕倒,最终不治去世;10月25日合肥马拉松开跑,一位参加比赛的跑友在临近终点时突然心脏骤停,永远停下了自己的脚步;11月15日,上饶全国半程马拉松如期进行,活动中0056号选手冲过终点后摔倒,心跳骤停,现场急救后送往医院,抢救无效死亡。

象全世界都存在,在不同年龄、性别、距离以及专业或大众选手中都发生过,其表现形式和成因比较复杂。”国家体育总局田径运动管理中心副主任、中国田径协会副主席王大卫告诉科技日报记者,猝死也不是马拉松赛事特有的现象。

马拉松运动中的猝死,是心脏病学及运动医学的一个历史比较悠久的研究课题。但其成为课题的原因不是因为它很常见,而是由于它相对少见且无法预测。一些研究显示,马拉松赛事的猝死率约为每10万人中有0.5—2人,这一概率远低于普通人群的猝死率。

——核心关注——

简单以死亡率衡量赛事举办水平不科学

2007年,东京马拉松引入大众选手参赛,有人以东马9年零死亡直指国内马拉松赛事不规范。对此,有14年马拉松赛事组织经历的王大卫摆摆手说:“简单地以一段时间赛事的死亡率衡量马拉松的举办水平并不科学,北京马拉松10年来也未发生过猝死悲剧,但我们仍然要向东京等马拉松赛事学习、借鉴经验。”

中国田径协会在赛事组织指导中要求并推广广东等马拉松赛事的医疗保障体系,国内赛事都开始建立全方位立体化的医疗保障体系。比如每2.5—5公里一个医疗站点,每100米1个经过培训的医疗志愿者,赛道上有配备专业人员的移动救护车、摩托车、电瓶车、自行车巡回,配置心脏除颤仪(AED)和辅助呼吸设备等,设置绿色通道及定点医院,希望选手在出现意外时,能第一时间得到及时救治。“我们也鼓励‘医师跑者’志愿服务,今年上海和广州举办的马拉松就有不少‘医师跑者’加入,官方和不少跑者都为他们点赞。”

据王大卫介绍,我国马拉松赛事组委会对安全保障及医疗应急措施非常重视,赛事投入的资源、力量并不逊于国外,并在不断总结经验的基础上,及时学习国际先进的安全、医疗保障办法。

及时救援也不能让死亡率化零

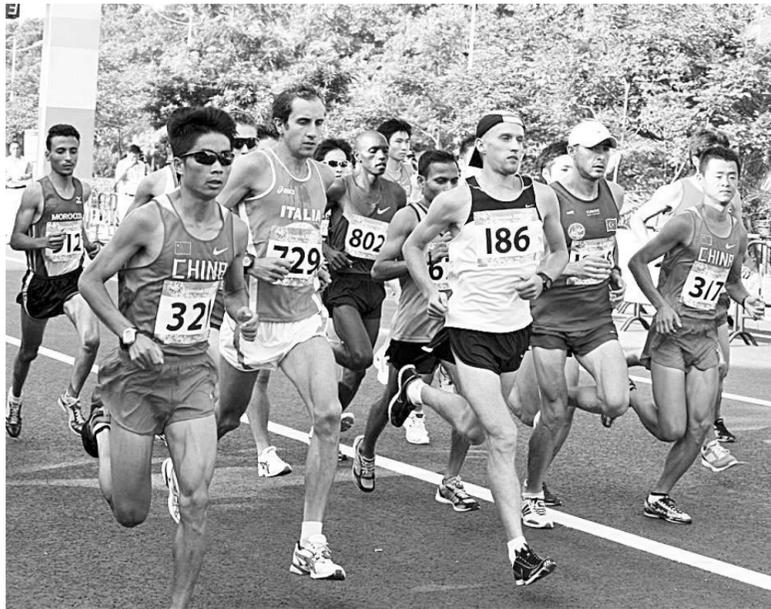
专业赛事救援队伍和配套应急系统的出现,大大降低了马拉松选手的死亡率。今年3月15日举行的无锡马拉松比赛上,一名选手在20.3公里处倒地不起,1分钟后,赛事救援机构急救员到达,确定无反应无呼吸后,开始实施心肺复苏;2分钟后,第二名急救员到达,接替实施心肺复苏;又过了1分钟,另外两名急救员携带自动除颤器到达,给予除颤;一分钟后,选手呼吸恢复,意识恢复,随后被急救车送往医院,最终

康复。短短4分钟,一条宝贵的生命经历了死而复生。专家指出,运动性心脏骤停早救治是关键,每晚抢救1分钟,获救的可能性就下降7%—10%,然而,及时的抢救也不能忽视幸运之神眷顾。“急救确实能提高被救者的成活几率,但也不是百分之百管用。”王大卫说,此次深圳参赛选手倒地时救护车就在对面,医疗人员及时对其进行除颤等各种急救,并迅速送到医院,但未能挽回年轻的生命。

体检不是杜绝猝死的万能药

目前,在国外举办的大多数马拉松赛事报名时不要求提供体检报告。而在国内举办的马拉松赛事,有的要求提供体检报告,有的则不要求,要求提交的体检证明仅包括脉搏、血压和心电图等简单内容。有媒体因此认

为,比赛体检走过场是导致猝死发生的原因之一。纵观今年中国马拉松赛事的几位死者,他们都是年轻人,而且平时身体不错。有媒体报道,据深马死亡选手的弟弟透露,死者的公司每年都安排体检,死



者体检时并未发现问题。王大卫表示,有些疾病平时不会显现,体检也很难查出,但在身体疲劳和负荷极大的情况下,就会爆发出来。此外,某一时间的体

检只能反映当时的身体状态,并不能反映参加比赛前甚至比赛中的身体状态,因此“赛前体检不是杜绝猝死等突发状况的万能药”。

——应对措施——

针对赛事良莠不齐设置问责机制

据王大卫介绍,中国田径协会对赛事的管理主要通过制定赛事管理办法和推行赛事组织标准的方式进行。赛事有注册赛事、会员赛事和共同主办赛事等。会员赛事和共同主办赛事多为协会认证赛事,即必须从赛道丈量、成绩计时、裁判判罚、饮水补给、医疗急救、环境卫生、交通管理、安全保障、反兴奋剂等方面,通过前期考察、中期陈述、赛前检查和后期总结等环节进行严格程序和标准管理。中国田径协会对注册赛事提供赛事组织指导、指南范本,要求遵守基本标准和要求。

2015年全国举办130多场马拉松赛。短短5年间,中国马拉松赛事增加了10倍。马拉松赛事呈现井喷式发展的背后,也折射出赛事组织保障水平参差不齐的现状,王大卫直言,中国田径协会在赛事管理办法中既有金、银、铜牌赛事评级系统,也有赛事问责机制,对出现问题的赛事要进行处罚,甚至取消其办赛资质。“当出现由于组织原因造成的严重问题时,中国田协马上停止其注册,并将其列入黑名单,两到三年内不能再组织类似的活动。”

参赛选手应尊重生命量力而行

即便做到了看似万无一失的保障,猝死现象还是不可避免的发生。王大卫一再强调,“对于赛事组织者和参赛者而言,科学预防远胜于应急抢救。”在他看来,作为赛事组织者,要利用各种渠道告知参赛选手在平常科学训练的基础上参赛,并告知哪些人不宜参赛,参赛有何风险,什么情况下不宜参赛或什么情况下必须弃赛等。作为参赛选手,则要了解自己的身体状况,尊重生命和比赛,参赛要量力而行。如今,越来越多的人加入夜跑、刷圈行列,很多人跑了一段时间就想挑战马拉松。正如一位跑友在朋友圈中感慨:跑步也会上瘾,刚开始觉得跑步很难,后

来才发现如何控制你的跑步欲望才是最难的。没有两把刷子,就不要为了成就感拼命提速、刷成绩。资深跑友强君表示,没有半年的系统训练不要跑半马,没有一年的系统训练不要跑全程。要坚守不能带病跑步的原则,无伤无病也要学会该退赛就退赛,尤其是身体出现恶心、心悸之类的信号后。跑友陈少的亲身感受是,每周的跑步量不低于30公里,合理的速度和节奏计划是保证有一个成功马拉松经历的关键。“别在身体不适时坚持到底,跑马拉松只是个人的爱好和选择,不用非得通过‘跑马’来显示自己有多牛。”

福州市癌症康复协会整合医学抗击病魔

科技日报讯(吴志 记者段佳)12月13日,福州市癌症康复协会成立25周年庆典暨2015年“五整生日”庆祝大会,在福州市南军区福州总医院举行。目前,该协会正式会员达800余名。

医院肿瘤科主任欧阳学农介绍说,癌症康复协会是一个癌友和医疗专家共同组建的“大家庭”,鼓励癌症病友走到一起,交流抗癌经历和康复经验。癌症是一个全球性公共健康问题。在我国,肿瘤发病率每年激增3%以上,恶性肿瘤死亡率已位居全部死亡疾病的前列。多年来,福州总医院肿瘤科和福州市癌症康复协会坚持不懈地开展了许多卓有成效的欢乐抗癌、科学抗癌、互助抗癌的活动,把医疗、心疗、体疗和食疗有机结合起来,开展一站式“整合医学”抗癌,并提供5项国际、4项国内抗癌新药临床试验,让上千名患者从肿瘤新药免费治疗中获益。

活动中福州市癌症康复协会与南军区福州总医院肿瘤科共同举办,当天近500多名癌症病友相聚一堂。喜过“生日”的抗癌明星中,癌龄最长的为30多年,他们身患各种中晚期癌症,却始终保持着坚强乐观的心态,长期与病魔作抗争,最终成功实现突破“5年、10年、15年,甚至二、三十年”癌龄的生日愿望。国家中西医结合肿瘤重点学科、南军区福州总

“红牛纸牌屋”选定5名“创业黑马”

科技日报讯(记者侯静)近日,在京举办的2015黑马大赛总决赛暨年度大会上,新增了一个实战环节——“红牛纸牌屋”,在这个创新单元里,除了丰富的项目路演,更搭建了一个投融资双方深度交流的平台,以打牌娱乐的方式从综合素质、成长潜力和品性心智等各个层面对创业者进行全面考验,方便投资者挑选创业黑马。

融资210亿元人民币。今年的“红牛纸牌屋”环节让最优秀的5个众筹项目直接在大会上进行众筹融资实战。入选项目聚焦大众消费、生活服务、医疗健康、文化产业等4个领域,渗透了各个领域全新商业模式的思想以及互联网的深度融合。比如,全国劳模郑召龙今年11月启动的“森林雪猪”项目,选择生长于零下25摄氏度的森林放养黑猪为创业切入口,以众筹模式认购小黑猪,用户可以通过物联网和APP实时观察自己“认养”小猪的生长过程。

芬兰空气净化技术为“美丽北京”除霾

科技日报讯(记者林莉君)12月10日,中芬“美丽北京”空气净化领域首个商用项目落地。芬兰雅威科技有限公司为北京万达影城提供空气净化解决方案及离子瀑空气净化技术。经国家空调设备质量监督检验中心检测,改造后的影厅内PM2.5浓度每立方米不超过35微克,高于我国室内空气质量质量标准——每立方米PM2.5浓度不超过75微克。

的科研能力,探讨改善北京空气质量的有效途径。芬兰雅威科技有限公司采用的离子瀑空气净化技术,无需滤材,可净化至纳米级颗粒物,在全球86个国家拥有发明专利。经国家空调设备质量监督检验中心检测,离子瀑空气净化技术PM2.5一次通过净化效率为99.4%,微生物一次通过净化效率为90.1%。中国环境科学院副院长夏青在启动仪式上表示,根据中国疾控中心环境与健康相关产品安全所的调研表明:60.5%的公共场所室内PM2.5浓度高于室外,加强公共场所室内空气质量关注及检测浓度非常重要。

北京多项技术成果亮相全国商用密码展

科技日报讯(记者滕继濮)日前,全国商用密码展览会在北京展览馆举办,共有来自全国的211家企业参展。多家首都商用密码核心企业研发的安全芯片、智能密码钥匙、终端设备、电子认证服务、防伪税控系统、云加密技术等新型商用密码产品悉数亮相。据悉,北京展区是本次展览中省市参展企业数量最多、展区面积最大的一个。

据了解,密码技术在信息安全领域中起着关键、支撑的作用,已经广泛应用于经济社会发展和人民生活中,提供着安全可信的数据加密、身份认证、网上交

易等功能。北京展区展示了北京商用密码发展历程及应用成果,涉及广电网、电信网等国家基础信息网络;医疗卫生、金融、税务、保险、公安、社会保障、交通等重要信息系统;电力等重要工业控制系统;面向社会服务的政务信息系统,以及物联网、云计算等重大领域的创新示范。

据了解,“十二五”期间,北京市的商密产业链日益完善,产业环境日趋优良。北京市商密企业从技术实力、经济产能、发展速度和发展态势等方面均居全国首位。