

平等参与、多维保障、向新发展

——国新办发布会聚焦我国“十四五”时期残疾人事业高质量发展成就

国务院新闻办公室22日举行“高质量完成‘十四五’规划”系列主题新闻发布会，中国残联有关负责人介绍残疾人事业高质量发展成就。

平等参与：社会生活环境更加优化

“残疾人家庭年纯收入持续增加，2020至2023年年均增速为6.9%，与国内生产总值增长基本同步”“残疾人儿童少年义务教育入学率达到97%”……中国残联主席程凯在发布会列出一组数据，勾勒残疾人平等参与社会生活的现实图景。

就业是残疾人平等融入社会、实现人生价值的关键。中国残联副主席、副理事长李东梅介绍，“十四五”期间，我国残疾人就业规模、就业质量双双显著提升。全国每年新增城乡残疾人就业均稳定在40万人以上，城乡新增残疾人就业累计达231万人，残疾人就业率提升近5个百分点；就业更稳定，收入更高的按比例就业残疾人增长超20%，217万城乡残疾人参加职业技能培训。

教育是改变残疾人命运的根本途径。“十四五”期间，残疾人儿童少年义务教育阶段入学率达到97%，全国中职、普高在校残疾学生分别达7.58万、5.98万人，近3年每年3万多名残疾学生走进大学校园；随班就读低视力学生大中小学教材列入义务教育国家课程教学用书目录，盲、聋、培智三类特殊教育学校义务教育国家课程统编教材投入使用，数学等9个学科配套的国家通用手语书籍研制出版。

文化体育是丰富残疾人精神文化生活、促进残疾人平等参与社会生活的重要方式。“十四五”期间，我国残疾人竞技体育在重大国际赛事屡创佳绩，北京冬奥会实现冬季项目跨越式发展；“全国特奥日”“残疾人健身周”“残疾人冰雪运动季”等品牌活动，让残疾人康复健身体育更加普及；连年举办全国残疾人文化周活动；推动公共文化场馆免费向残疾人开放并提供无障碍服务；全国建立盲人阅览室1659个，盲文版等无障碍格式版作品不断满足残疾人阅读需求。

“实现残疾人对美好生活的向往，物质要富裕，精神也要富裕。”中国残联党组书记、理事长周长征介绍，“十四五”期间将广泛开展残疾人群众性文化体育活动，提供更多优质服务和产品；支持残疾人参与文艺创作，培育发展残疾人文化产业；在发展竞技体育同时更加注重群众体育发展，让更多残疾人走出家门、休闲健身。

多维保障：权益保护网络织密兜牢

“十四五”期间，残疾人权益保护网全方位织密。

李东梅介绍，无障碍环境建设法颁布施行，41部国家法律法规在制定、修订过程中增加了保障残疾人权益的规定，国家涉及残疾人保护的法律法规已经达到180多部，残疾人事业和残疾人权益保障法律法规体系进一步完善；中国残联会同有关部门发布残疾人权益保护、检察公益诉讼、行政检察典型案例

等，司法保护进一步加强。此外，普法宣传更精准，矛盾纠纷化解更有效。

社会保障方面，程凯介绍，残疾人获得最低生活保障、残疾人康复救助、困难残疾人生活补贴、重度残疾人护理补贴等实现“应保尽保”；残疾人城乡居民基本养老保险、基本医疗保险参保率稳定在90%、95%以上；截至2025年6月，残疾人两项补贴分别惠及1188.4万困难残疾人和1640万重度残疾人。

作为社会文明进步的标志，我国无障碍环境建设近年来不断完善。李东梅介绍，无障碍环境建设法颁布施行，多地出台无障碍环境建设地方性法规；以国家标准为核心，涵盖行业标准、地方标准、团体标准及产品标准的无障碍建设标准体系初步建立；3000余家相关网站和手机APP完成适老化及无障碍改造，1543个药品参与药品说明书适老化及无障碍改革试点，69座城市上线公益无障碍导航功能，听障人士呼救小程序和120报警平台启用；截至2024年底，全国无障碍督导队伍达20608人，其中残疾人9458人。

周长征透露，“十四五”时期将把提高残疾人特别是困难和重度残疾人民生保障水平作为首要任务，完善与残疾人相关的普惠性、基础性、兜底性民生保障制度；将推动修订残疾人保障法，深入实施无障碍环境建设法，切实加强司法保护。

向新发展：助残新事物方兴未艾

“十四五”期间，一批新设施、新科

技进入助残领域，助残服务模式也呈现新面貌。

“十四五”规划102项重大工程中，中国残联承担3项二级任务，均与助残设施相关，具体涉及专业化残疾人服务设施建设、困难重度残疾人家庭无障碍设施改造、残疾人康复救助定点机构建设等。“目前看，进展均符合预期。”周长征说。

目前全国已竣工残疾人服务设施4614个，总建设规模1664.8万平方米；128万户困难重度残疾人家庭得到无障碍设施改造，超额保质完成；残疾人康复救助协议服务机构超1万家。

助残科技创新成果不断涌现。中国残联与高校、科研院所和高科技企业紧密合作，确定科技助残重点地区，推进推进助残科技创新和产业发展；2025中关村论坛年会科技助残平行论坛上，智能仿生手、导盲六足机器人等15项典型案例亮相发布。

残疾人自助互助康复服务，近年来方兴未艾。中途失明者、中途失聪者、脊髓损伤者等5类残疾人自助互助康复服务工作，正在全国推广。各地目前已选定上千家自助互助康复服务基地，培养骨干师资7719名，服务各类残疾人11.85万名。

“受助残疾人普遍对此给予高度评价，认为它切合自身需要，能够切实解决居家护理、生活自理等现实难题，大大提升了生活质量。”周长征说，“这项工作还填补了机构康复后居家康复的短板，发挥了残疾人主体作用，帮助残疾人更好融入社会。”

(新华社北京7月22日电)



暑气蒸腾 稼穡忙

7月22日，农民在江苏省昆山市巴城镇一处有机种植基地劳作(无人机照片)。当日是大暑节气，各地农民抢抓农时，忙碌在田间地头。

新华社发

就业是民生之本。记者从人力资源社会保障部22日召开的新闻发布会上获悉，今年上半年，全国城镇新增就业695万人，完成全年目标任务的58%。6月份全国城镇调查失业率为5.0%，与去年同期持平。

人力资源社会保障部新闻发言人崔鹏程介绍，面对复杂多变的外部环境和艰巨繁重的就业任务，今年以来人社部门主要从四方面发力稳就业。具体包括：聚焦支持企业发展，政策助力稳岗扩岗；聚焦高校毕业生等重点群体，进一步加大就业支持保障力度；聚焦劳动者能力提升，增强职业技能培训针对性实效性；聚焦人力资源供需对接，提升就业公共服务水平。

“从失业保险来看，上半年，费率率

上半年全国城镇新增就业695万人

下一步从五方面稳就业

为企业减少用工成本超过900亿元，向参保企业发放稳岗资金62亿元，支持培训等促就业支出113亿元。”崔鹏程说。记者在发布会上了解到，对于持续做好稳就业工作，下一步人社部门将从挖掘培育就业增量、支持稳定就业存量、精准帮扶重点群体、升级优化服务保障、促进人力资源服务业高质量发展等五方面发力。

促进高校毕业生等青年就业是重中之重。2025年我国高校毕业生规模再创历史新高，达1222万人。7月毕业

季，多数高校毕业生已进入就业市场，但还有部分离校毕业生仍未落实工作。“我们组织各地人社部门开展就业服务攻坚行动，集中资源力量，对未就业毕业生、登记失业青年等进行全力帮扶。”人力资源社会保障部就业促进司副司长陈勇嘉表示，将重点做好集中推出服务清单、集中开展精准帮扶、集中推送岗位信息、集中组织培训见习、集中开展困难帮扶等工作。

陈勇嘉进一步介绍，目前，各省普遍面向毕业生发出就业服务公开信，人

社部在全国层面开放了求职登记小程序。各地人社部门将对登记求职的未就业毕业生，建立实名台账，主动联系、了解求职意向和服务需求，提供“1131”服务，即至少1次政策宣介、1次职业指导、3次岗位推介、1次技能培训或就业见习的机会。

“人社部门将全力以赴，持续挖掘岗位资源，提供不断线、有温度的就业服务，促进高校毕业生等青年早就业、就好业。”陈勇嘉说。

(新华社北京7月22日电)

健康科普

备孕期间，免疫系统的健康对母婴安全至关重要。免疫力的平衡既能保护母体免受感染，也能避免对胎儿产生排斥反应。免疫力对备孕和妊娠的影响非常关键——既不能“过低”(易感染影响胚胎)，也不宜“过高”(可能攻击胚胎或引发免疫排斥)。以下是备孕女性需要掌握的免疫力平衡法则，通过科学调理，为怀孕创造最佳条件。

一、免疫力对备孕的影响

1. 免疫过强或紊乱
 - (1) 自身免疫疾病(如抗磷脂综合征、系统性红斑狼疮、甲亢/甲减)可能增加流产、早产风险，需提前就医调整用药(如将免疫抑制剂换成孕期安全药物)。
 - (2) NK细胞活性过高或抗精子抗体可能干扰胚胎着床，需通过免疫检查(如封闭抗体、细胞因子等)评估。
 - (3) 过敏或炎症状态(如慢性子宫内膜炎)可能影响胚胎发育，需排查并治疗。
 - (4) Th1/Th2免疫失衡：Th1型免疫反应过强(常见于子宫内膜异位症)会攻击胚胎。
2. 免疫力低下
 - (1) 易感染病毒(如风疹、巨细胞病毒)或细菌，可能引起胎儿畸形或流产。建议孕前筛查TORCH(弓形虫、风疹等抗体)，必要时补打疫苗(如风疹疫苗需提前3个月接种)。
 - (2) 易发生生殖道感染(如阴道炎、支原体感染)，干扰精子存活或导致输卵管炎症。
 3. 胚胎着床的免疫机制

怀孕初期，母体需适度抑制免疫反应，避免将胚胎当作

免疫影响怀孕？备孕女性必知的免疫平衡法则

- “异物”排斥(类似器官移植的耐受机制)。
- 二、如何调节免疫力(营养优先，生活方式为核心)
 1. 基础调理：我们身体用来抵抗外来侵害的各类免疫细胞，其数量、活力及细胞因子都与维生素和矿物质有关，所以每天适当补充维生素和矿物质可以提高人体免疫力。
 - (1) 维生素D：调节免疫平衡(每日400-800IU，缺乏者遵医嘱加量)，缺乏关联反复流产，建议血清水平维持在30-50ng/mL。
 - (2) 锌+硒：缺乏会削弱抗感染能力，可通过坚果、海鲜、瘦肉补充。
 - (3) 益生菌：维持阴道和肠道菌群平衡(推荐发酵食品或无糖酸奶)。
 - (4) 抗氧化剂：维生素C、E、辅酶Q10减轻氧化应激，改善卵子和精子质量。
 - (5) 少吃甜食和高脂食品：甜食会影响白细胞的产生与活动，降低身体抵御疾病的能力；摄取过量不良脂肪会妨碍免疫细胞发挥正常能力，使体内免疫细胞变得慵懒，而无法保护身体。
 2. 生活方式优化
 - (1) 适度运动：每周3-5次中等强度运动(快走、游泳)，中等强度运动可增强免疫调节，避免过度疲劳(马拉松等剧烈运动可能抑制免疫)，过度运动反而抑制生殖激素。研究表明，每天运动30-45分钟，每周5天，持续12周后，人体内免疫细胞会增加，抵抗力也相对增加。

| 运动类型 | 频率/时长 | 增效建议 |
|--------|--------------|-------------------|
| 中等强度有氧 | 每周5次, 30分钟/次 | 下午4-6点运动(激素分泌高峰期) |
| 抗阻训练 | 每周2-3次 | 深蹲、平板支撑增强核心肌群 |
| 柔韧性练习 | 每日15分钟 | 瑜伽改善盆腔血液循环 |

注意：避免过度运动导致免疫抑制，运动中心率控制在(220-年龄)×60%-70%

- (2) 减压：良好的情绪能使大脑分泌出一些有益健康的化学物质，激活人体免疫功能，抑制病原体的生长。反之，精神压力大、长期心理紧张会导致对人体免疫系统有抑制作用的激素分泌增多，造成神经兴奋、血管收缩、血压升高，使人的心理、生理受到负面影响，可通过冥想、深呼吸管理压力。
- (3) 睡眠管理：睡眠质量高可以使人精力充沛，防止大脑神经细胞过度消耗，还有助于精神与体力的恢复及能量的储存。充足的睡眠还能提高机体的免疫功能，有利于抵御疾病和帮助疾病好转、康复。反之，睡眠不足会导致自身免疫力下降，连续2周每天只睡4-6小时，体内淋巴细胞的数量会减少28%，免疫细胞活力减弱28%。长期失眠会造成淋巴细胞活力明显降低，各种疾病容易入侵机体，使健康受到威胁。保证22:00-6:00黄金睡眠时段，深睡眠≥4小时，创造黑暗环境促进褪黑素分泌，可提升卵子质量。
3. 中医药调理

辨证使用黄芪、枸杞等可以调节Th1/Th2平衡(减少胚胎排斥)，但需避开活血类药物(如红花)。

(上接第一版)

“一根甘蔗实现‘吃干榨尽’。这是一个附加值很高的产业!”习近平总书记对糖业循环经济的关心关切，激励着行业从业者不断延伸产业链，把甘蔗“榨”出更大的价值，实现“从一根甘蔗到全产业链增值”。

曾经，我国甘蔗产业囿于“小、散、弱”，“千家万户小生产”难以招架“千变万化大市场”。如今，这一产业在与生物技术、食品工程等领域的跨界融合中，迸发出澎湃活力。

云南、海南、广东也是全国重要的蔗糖产区。在产糖大县云南耿马傣族佤族自治县，过去榨糖产生的大量蔗渣只能焚烧或堆肥，既未转化成经济效益，还造成环境污染。随着技术创新，蔗渣“变身”绿色环保的可降解餐具，热销欧美市场。得益于蔗糖产业链深度融合的深度拓展，目前当地蔗糖产业综合产值突破100亿元，“甜蜜事业”甜度值持续提升。

海南儋州，甘蔗收获后的尾梢被加工成营养价值高的饲料，有效替代了传统牧草，降低了养殖成本，实现“一根甘蔗，农牧双赢”；广东农垦蔗糖优势特色产业群正紧锣密鼓建设中，建成后，将实现“育繁推”一体化、“种管收”一体化、“农工贸”

一体化，助力保障食糖供应安全。

八桂大地上，“糖业+”新业态让人们看到更多希望，为“从一根甘蔗到全产业链增值”的产业蓝图注入更强劲动能。

来自田间地头的“甜蜜原料”进入糖企后，不仅变为晶莹剔透的白砂糖，还有清澈透亮的甘蔗植物水，整个生产过程24小时内完成。不久后，千里之外的上海市场不仅有新糖上市，还有甘蔗植物水亮相，让市民游客争相品尝。广西大学教授李凯介绍，该校联手光明糖业、广西甘化等企业攻关，今年成功产出一款甘蔗植物水新品，为产业延链补链开辟了新赛道。

甘蔗产业从制糖到蔗渣、糖蜜、滤泥、蔗叶等副产物的全链条循环利用，不断向高端化、绿色化延伸。2024/2025年榨季，广西蔗渣、糖蜜、滤泥利用率达100%，一根甘蔗实现“从头甜到尾”。

甘蔗年年种，产业年年新。让农民增收、企业增效、产业增值，始终是这条甜蜜产业链上不变的期盼。

“祝愿乡亲们的生活像甘蔗一样甜蜜!”总书记真挚的祝福，化作砥砺奋进的动力。

一季又一季，甜蜜的故事不断续写，“糖罐子”端得越来越稳!

(新华社北京7月22日电)

破题老龄化

我国启动2025年医养结合示范项目创建

新华社北京7月22日电 国家卫生健康委22日公布的《医养结合示范项目工作方案(2025年版)》明确，今年国家卫生健康委持续开展医养结合示范项目创建，每2年开展一次评估，每次命名示范县(市、区)、示范机构各100个左右，2030年完成创建工作。

根据方案，全国医养结合示范县(市、区)要鼓励社会力量兴办医养结合机构，通过公建民营或民办公助等多种模式支持社会力量参与医养结合。二级及以上综合性医院开设老年医学科的比例超过全国平均水平。本地区所有养老机构能够以不同形式为入住老年人提供医疗卫生服务，医疗卫生机构普遍建立老年人挂号、就医绿色通道。

全国医养结合示范机构需运营满5年及以上，近2年入住率达到实际运营床位的65%及以上，能为入住老年人提供适宜的预防保健、患病期

治疗、康复期护理、稳定期生活照料以及临终安宁疗护一体化的医养结合服务，入住失能、失智老年人占比超过65%。

申报材料充分利用信息化手段抓取数据，由省级初评后推荐。国家卫生健康委对推荐单位组织开展评估验收并公示命名，同时将对示范县(市、区)和示范机构进行动态管理，如发生造成严重影响的相关政策执行不力等情况，及时按程序取消示范县(市、区)或示范机构称号，且3年内不得申请。

2022年，国家卫生健康委启动医养结合示范项目创建工作，2024年1月命名第一批示范单位。示范项目创建工作充分调动了各地积极性，有力推动了医养结合高质量发展，成为协同推进健康中国战略和积极应对人口老龄化国家战略的重要举措。

我国牵头制定

全球首个光伏直流领域国际标准正式发布

据新华社北京7月22日电 记者22日从市场监管总局获悉，由我国牵头制定的全球首个光伏直流领域国际标准《分布式光伏接入低压直流系统及用例》近日正式发布。

据介绍，我国分布式光伏产业近年呈现蓬勃发展态势，随着分布式光伏发电进入平价市场化发展阶段，亟需科学、统一的国际技术规范。

这一标准聚焦分布式光伏接入低压直流系统的典型场景与关键技术，系统

梳理了全球范围内相关典型案例，总结了光伏直流接口装备的技术演化规则，明确了低压直流系统在系统控制、故障响应及稳定运行等方面的技术指标要求。该标准为分布式光伏开发与新型配电系统建设奠定了基础，为全球分布式光伏产业的发展提供了指南。

标准由上海交通大学和鲁能江苏综合能源服务有限公司牵头，与来自德国、美国等14个国家的专家组成工作组，历经4年协同合作，共同完成了标准的编制。

今年上半年职工医保个人账户共济达2亿人次

据新华社北京7月22日电 据国家医保局22日消息，2025年上半年职工医保个人账户共济达2亿人次，共济金额261.77亿元。

目前，职工医保个人账户共济可以通过即时调用被绑定人个人账户、医保钱包转账等方式实现。其中，通过即时调用被绑定人个人账户方式进行职工医保个人账户省内共济金额为261.07亿元；通过医保钱包转账方式进行职工医

保个人账户省内、跨省共济共10.01万笔，转账金额6964.23万元。

近年来，国家医保局持续深化职工医保门诊共济改革，扩大个人账户共济的人员范围和资金使用范围，职工医保个人账户家庭共济范围拓宽至近亲属，资金使用逐步实现由省内共济扩大到跨省共济。据介绍，2024年职工医保个人账户共济使用512亿元，促进盘活存量资金，有效减轻参保人就医负担。

三、需警惕的免疫异常信号

1. 反复流产(≥2次)或试管反复着床失败：建议查抗磷脂抗体、凝血功能、NK细胞等。
2. 长期低烧、关节痛、皮疹：可能是未确诊的自身免疫病，需风湿科评估。
3. 频繁感染(如每年≥3次严重感冒)：提示免疫低下，需排查营养或慢性病问题。

四、医疗干预建议

1. 孕前检查：包括甲状腺功能(甲减/甲亢均影响免疫)、ANA(抗核抗体)、同型半胱氨酸等。
2. 免疫治疗争议：如封闭抗体阴性者的淋巴细胞免疫治疗，目前缺乏明确证据，需谨慎选择。
3. 用药安全：如泼尼松、低分子肝素等需在医生指导下使用，不可自行调整。

五、关键总结

1. 平衡优于“增强”：备孕需要的是免疫耐受(接受胚胎)，而非单纯提高免疫力。
2. 个体化方案：有免疫病史或不良孕产史者应早做专项筛查。
3. 自然调理为主：优先通过营养、作息改善、药物干预作为后备手段。

如有具体症状或检查报告，建议咨询生殖免疫科医生制定针对性计划。(广西壮族自治区生殖医院 李云娟)