

“不节食不运动”不可信 追求减重效果，须谨慎对待药物

今年全国两会期间，国家卫生健康委员会主任雷海潮提及体重管理，减肥再次成为很多人关注的健康热词。近年来，司美格鲁肽等药物颇受减肥人群关注，此类药物是否安全有效？适合哪些人群？

浙江大学医学院附属邵逸夫医院内分泌科主任周嘉强介绍，司美格鲁肽是一种胰高血糖素样肽-1 (GLP-1) 受体激动剂，能促进胰岛素分泌，降低血糖；还能作用于下丘脑食欲调节中枢，延缓胃排空，降低饥饿感，从药理来看，确实具有减重作用。目前市面上有降糖版和减重版两种司美格鲁肽，降糖版适用于成年2型糖尿病患者的血糖控制；减重版适用于成年患者在控制饮食和增加体力活动的基础上的长期体重管理。

周嘉强介绍，在目前获批减重药物中，司美格鲁肽的效果较为显著。在临

床试验中，每周接受司美格鲁肽逐渐递增至2.4毫克注射治疗68周的参与者，平均体重下降约16%—18%。但减重效果存在个体差异，要看体重基数，且药物需要坚持使用。临床试验表明，停药后体重会出现明显反弹，多数患者会在停药数月半年间，反弹用药减重的一半及以上。

健康人群如果单纯为了减重使用该药物，可能导致严重营养不良、肌肉过度流失、乏力、头晕、脱发，甚至诱发进食障碍等。许多使用过司美格鲁肽的人反馈，使用后出现恶心、呕吐、腹泻等副作用，多与胃肠道相关且反应因人而异；严重的副作用与风险包括胰腺炎、胆囊疾病、甲状腺C细胞肿瘤风险等，因此在使用过程中要密切观察。

司美格鲁肽属于处方药，必须凭执业医师开具的处方才能获取。近年来

有不法分子嗅到商机，在无资质厂房非法生产含司美格鲁肽的注射剂。周嘉强提醒，正规医疗机构的专科医生在对患者进行全面评估(包括病史、身体质量指数、血糖、肝肾功能、甲状腺、并发症及合并症等)后，才能开具处方，用药人群要在具备资质的正规药店购买，并接受药师用药指导。

面对市面上形形色色的“减肥药”，周嘉强提醒，要警惕夸张宣传，所谓“不节食不运动”“纯天然无副作用”等，基本都不可信；购买时一定要核查批准文号、认清处方药身份，任何无需处方就能轻松买到的“减肥针”“减肥药”，安全性都无保障；更要警惕“西布曲明”“芬氟拉明”等违禁成分。“真正的健康来自对身体的尊重、对科学的信任，也在专业指导下持之以恒地自我管理。”周嘉强说。

(人民日报)

短期托养破解民生痛点

近期，杭州、上海等地推出的短期托养服务引发关注，该服务精准对接老年人突发、临时、阶段性的照护需求，涵盖生活照料、健康管理、文化娱乐、精神慰藉等多个方面，既守护了老年人的幸福晚年，也为长期坚守的照护者提供了宝贵的调整周期。

当前，居家养老仍是绝大多数老年人的首选，无论是从经济成本看，还是从老年人情感需要看，居家养老仍具有较强的不可替代性。对于高龄、独居、空巢及术后康复、半失能老人而言，临时照护断档是常有的事，节假日家政人员返乡、子女临时出差、家庭突发急事等情况，都会让老年人的日常照料陷入真空状态。短期托养以普惠价格让老人享受规范服务，能以灵活便捷、普惠可及的供给，精准破解家庭照护断档难题。

老年人的生活品质很重要，但照护

者的身心健康同样值得关注。长期照护高龄、失能老人，是一场耗费心力体力的漫长坚守，不少家庭在日复一日的琐碎中难免感到力不从心和精神透支。事实上，照护者是一个家庭的重要支撑，让他们在漫长的陪伴中有制度化的休息调整窗口尤为重要。短期托养对准这一民生痛点，为照护者提供短暂休整的机会，让他们得以抽身处理个人事务、调节身心，有效缓解压力与负担。

此举充分体现基层治理的精准性和针对性，不仅仅关注老年人本身，而且从家庭长期运转的视角，注重维系养老服务供给的可持续性。以人为本当然也包括服务照护的人，守护好他们的身心健康，才能让家庭养老更可持续、更有温度。

短期托养服务供给要坚持质量优先，必须不断提升标准化、规范化水平。近年来，我国养老服务设施不断完

善，大量养老机构、社区照料中心具备专业能力与闲置资源，为开展短期托养创造了有利条件。

在政策引导与市场驱动下，养老机构可以主动盘活闲置床位，以低门槛、体验式的服务，拉近与老年群体的距离，让更多家庭试一试，进而消除顾虑、接纳专业全面的养老服务，实现机构资源高效利用与群众需求精准对接。让老年人住得安心，才能让照护者歇得放心，“喘息服务”的养老补充模式才能真正发挥作用，实现多方共赢。

短期托养作为养老体系的补充，是针对痛点堵点的微创新，也是破解民生难题的务实探索。要持续推动服务标准统一、质量提升、覆盖扩面，鼓励更多社会力量参与，让短期托养成为居家养老、机构养老的有效延伸。以民生需求为导向，补齐养老服务短板，免除更多家庭后顾之忧。(经济日报)

把群众“身后事”办成“明白事”

殡葬是关系千家万户的民生问题，新规提出哪些具体要求？如何防范“天价”收费？

多措并举加强价格监管

殡葬服务项目内涵不清晰、收费标准不透明、网络信息匮乏、群众“不好问、不敢问”等问题，一直是民生领域的痛点难点。3月30日起施行的《殡葬管理条例》强化了殡葬行业的公益属性，细化了殡葬领域价格违法行为具体情形，对加强价格监测和监督管理作出明确规定。

市场监管总局价监竞争局收费监管处处长赵圣丹介绍，此次两部门发布的规定，既是为贯彻落实《殡葬管理条例》相关要求，也是立足监管执法实践，对殡葬领域明码标价要求进一步细化。

“相较于其他商品和服务，殡葬领域具有特殊性，对于丧属而言信息不对称的程度也较高。”赵圣丹说，“我们在执法过程中发现，殡葬领域需要披露更详细的价格信息，因此此次发布的规定中既有一般性规定，也有特别规定，有针对性地破除丧属和经营者之间信息差。”

其中，一般性规定是全部殡葬领域经营者需要共同遵守的，特别规定是对殡仪馆、公墓、骨灰堂、殡葬中介等不同

类型经营者和骨灰盒、寿衣、墓位(格位)安葬、祭奠场地租赁等特定商品和服务分别适用的。

推进网络集中公示

殡葬领域价格乱象，信息不对称是重要原因。

此次出台的规定明确，殡葬服务机构应当主动向属地民政部门提供其全部殡葬用品价格和服务收费信息，由地级以上民政部门在官方网站开设专栏进行集中公示。

事实上，此前，市场监管总局已联合民政部等有关部门提前部署、主动发力，推动各地加快推进殡葬服务机构价格收费网络集中公示，取得积极成效。目前，全国31个省(区、市)和新疆生产建设兵团已全面完成集中公示，全国2543家殡仪馆(含殡仪服务站)、17676家公墓(含骨灰堂)价格收费信息已经上线，群众办事查询更方便。

网上有价，心里有底。福建省泉州市的林女士在亲人离世后，第一时间通过网络公示信息，对比了当地几家殡仪馆的服务和价格，提前选好了基础服务项目，“到了殡仪馆，价格和手机上完全一致，全程没有强制推销，办事过程中心里很踏实。”

赵圣丹介绍，规定在前期实践基础

上，将殡葬服务机构价格收费网络集中公示明确列入条款，使其成为常态化要求，从制度设计上保障群众将“身后事”办成“明白事”，并且鼓励其他殡葬领域经营者参与网络集中公示。

推动新规落实落地

记者从市场监管总局获悉，规定出台后，市场监管部门将会同民政部门从四方面发力，推动各项要求落实落地。

一是加强政策宣传。各地市场监管部门和民政部门将加大普法宣传力度，解读规定要求，及时回应广大群众关心的问题。

二是做好合规指导。各地市场监管部门和民政部门将综合运用上门指导、提醒告诫、行政约谈等方式，引导殡葬领域经营者严格执行规定要求，推动经营者知法、懂法、守法经营。

三是加强监督检查。各地市场监管部门将会同民政部门加大执法力度，严肃查处殡葬领域经营者不按规定明码标价、价格欺诈等价格违法行为，切实维护人民群众的合法权益。

四是做好跟踪评估。市场监管总局和民政部将持续关注殡葬领域新情况、新问题和经营者价格行为呈现的新特点、新趋势，跟踪评估规定试行效果，适时对规定进行修订完善。(新华网)

中共阜新蒙古族自治县组织部公告

2026年第3号

根据《中共中央关于印发〈党政领导干部选拔任用工作条例〉的通知》(中发〔2019〕8号)精神，现将拟任领导职务人选公示如下(按姓氏笔画排序)：

张国民，男，蒙古族，1973年2月出生，全日制大专学历，中共党员，现任国华乡副乡长、一级主任科员，拟提名为乡镇正科级岗位人选。

赵鹏，男，汉族，1979年1月出生，在职大专学历，中共党员，现任红帽子镇党委副书记、三级主任科员，拟提名为乡镇正科级岗位人选。

敖长林，男，蒙古族，1973年10月出生，在职大学学历，中共党员，现任新民镇党委副书记、一级主任科员，拟提名为乡镇正科级岗位人选。

高海东，男，汉族，1977年12月出生，在职大学学历，中共党员，现任县信访局党组成员、副局长、一级主任科员，拟提名为乡镇正科级岗位人选。

海玉光，男，蒙古族，1974年3月出生，在职大学学历，中共党员，现任旧庙镇党委副书记、一级主任科员，拟提名为乡镇正科级岗位人选。

韩光，男，蒙古族，1974年9月出生，在职大专学历，中共党员，现任泡子镇副镇长、一级主任科员，拟提名为乡镇正科级岗位人选。

本公告发布后，对以上人选如有不同意见，请在2026年4月16日前以电话、信函、亲访、网上举报等方式向县委组织部反映。反映问题要实事求是，电话、信函应署真实姓名。信访有效时间以发信时当地邮戳为准。

联系电话：0418-8812380
电子邮箱：fmx8812380@163.com

通讯地址：中共阜新蒙古族自治县组织部干部监督办公室(邮政编码：123100)

2026年4月9日



·广告·

分类信息

遗失声明

卢庆林土地确权证不慎遗失，证书编号：2109210097365，承包方编码：210921220205000106，声明作废。