



坚持和加强党的全面领导

——新中国成立75周年光辉历程
经验与启示述评之一

- 万山磅礴看主峰——坚强核心凝聚力量，科学理论指引方向
- 如身使臂，如臂使指——强大的领导力贯穿于治国理政全过程各方面
- 打铁必须自身硬——锲而不舍以伟大自我革命引领伟大社会革命

据新华社北京9月24日电 >>>详见新民网 www.xinmin.cn

创刊于1929年/飞入寻常百姓家

今天：阴到多云有时有小雨 最高26℃，最低22℃
明天：多云，局部地区阴有短时阵雨 最高29℃，最低23℃

2024年9月25日 星期三 农历甲辰年八月廿三 今日16版

国内统一连续出版物号CN 31-0003 第22865期 上海报业集团主管主办·新民晚报社出版

我国60岁及以上老年患者多重用药情况普遍

服药一大把？药师为你“做减法”

今天是世界药师日

数据显示，我国42%的老年人同时患有两种及以上疾病，以高血压、糖尿病、冠心病、脑卒中、慢性呼吸系统疾病组合最为常见。因此，多病共存的老年人多重用药情况非常普遍，不可避免。

多重用药通常是指患者同时服用5种及以上的药物。一份老年人多重用药评估与管理中国专家共识中的数据显示，我国60岁及以上老年患者多重用药率高达70.8%，药物不良反应发生率高达29%。

如何做到既发挥药物疗效，又尽可能降低不良反应发生的风险，是药师需要关注的问题。多病共存、多药共治的患者也可以去药学门诊，让专家看看是否需要药物重整。

用药误区要规避

- 不要“乱投医”，不轻信营销广告、祖传秘方
- 不要随意使用“万能药”，别有点头疼脑热、身体不适，就习惯先吃维生素和抗生素
- 不要给自己“下猛药”，偶尔咳嗽感冒，一下子吃好几种感冒药，完全忘了“是药三分毒”

用药原则需把握

- 要做到尽量精简，若没有健康问题，不推荐随意服用“保健药品”或预防用药
- 定期去医院就诊，根据病情及时调整用药
- 用药后出现身体不适，要及时就医
- 遵医嘱服药，不要听其他人说什么药好就自行使用

用药提示请谨记

- 奥司他韦抗流感，儿童用药须仔细
- 维生素D科学补，缺乏过量皆不宜
- 人未老而头先秃，长期用药救发际
- 服药之前看剂型，随意掰开要摒弃
- 光敏药物避阳光，注意事项切牢记

>>>详见第4版 本报记者 左妍 报道



2024
第24届

中國國際工業博覽會
CHINA INTERNATIONAL INDUSTRY FAIR

首次参展工博会的“新面孔”：

让“从0到1”的硬核技术发光

>>>详见第2版

“上海文化人才之家”闵行城投宽庭九星项目投用 打造全新邻里共创空间



■ 上海话剧艺术中心青年员工马珏鑫对新家很满意，添了一只宠物猫，取名“满意” 本报记者 徐程 摄

本报讯 昨天，“上海文化人才之家”闵行城投宽庭九星项目正式投入使用，182位青年文化人才喜迁新居，实现安居梦。该项目由市委宣传部和闵行区联合打造，将提供200套文化人才公寓住房。

为深入贯彻落实党的二十届三中全会和十二届市委五次全会精神，市委宣传部进一步加大文化人才服务保障力度，把实施文化人才高地工程作为建设习近平文化思想最佳实践地的重要抓手。本次推出文化人才之家闵行城投宽庭九星项目，是市区共建文化人才公寓机制又一重要实践。该项目位于七宝镇九星地区，交通便捷，商业配套便

利，文化设施集聚。除居住空间外，社区还打造了集生活、学习、互动、交友、健康于一体的“全新邻里共创空间”，成立“文化织梦官”团队，推动社区文化创新项目发展。此外，社区引入“世纪火种”阅读推广项目，为入住人才配送精彩的文化服务。

（下转第3版）

阳澄湖大闸蟹今开捕

国庆节前后批量上市



2024苏州阳澄湖大闸蟹今天正式开捕，预计今年产量9900吨左右，国庆节前后批量上市。2024蟹季的第一篓大闸蟹将由无人机搭载送出，阳澄湖大闸蟹也搭上了低空经济的产业东风。

受今年长时间极端高温天气和台风的影响，大闸蟹的脱壳时间相对滞后，预计国庆后将进入今年阳澄湖蟹的最佳品蟹时间。

本报记者 刘歆 摄影报道

点

亮上海

十五分钟“托育圈”，如何“幼有善育”？

一到三岁“宝宝屋”，如何“守护成长”？

>>>详见第8版