

民进会员、荣昌区政协常委，重庆市畜牧科学院发展改革处副处长曹政——

为畜牧业插上“科技翅膀”

民进会员、荣昌区政协常委，重庆市畜牧科学院发展改革处副处长曹政，多年来扎根基层，从事人畜共患病防控及技术服务工作，为畜牧业发展和乡村振兴作出积极贡献。在他看来，选择了畜牧业一线，就等于选择了要和许多未知复杂的动物疫病打交道；选择了扎根基层，就要在农业农村工作中具备较强的调查研究和参政议政能力。

2012年，正在攻读生物医学博士学位的曹政，在导师“搭桥”下，加入到一家集兽用生物制品研发、生产、销售和技术服务于一体的国家高新技术企业——重庆澳龙生物制品有限公司，助力动物疫病防控相关的团队组建、疫苗生产、质量把控等工作。

工作中，曹政深切体会，动物疫病特别是人畜共患疫病，严重制约畜牧业发展，就此，他确定了未来的研究方向。

“包虫病就是严重危害农牧民健康的人畜共患病，给畜牧业生产造成严重损失。”曹政介绍，为此，他发挥专长，和公司科研人员一起，着力攻克包虫病防控难题，成功研发出目前全球唯一用于治疗人畜共患病的强制免疫疫苗——羊棘球蚴（包虫）病基因工程亚单位疫苗（羊包虫病疫苗）。

此后，他积极组建包虫病防控工作组，推进包虫病疫苗强制免疫，扩大包虫病流行区羊只的免疫覆盖面，开展牛类及其他中间宿主的免疫预防临床试验，从而更有效地防控包虫病的流行。

经过长期的走访调研和工作实践，曹政在包虫病免疫技术与包虫病基因工程疫苗方面拥有独特见解，多次参与全国各类包虫病防控技术培训座谈会，并在会上进行学术交流和成果分享。

在全国政协牵头主持的“防止包虫病行动计划（2016—2020年）”工作中，曹政深入生产一线，确定“羊包虫病疫苗”生产工艺，助力实现疫苗的独家生产，为全国包虫病防控工作提供有力抓手，并因此获农业部丰收奖1项、四川省科技成果二等奖1项。

除此之外，曹政还先后主持或参与多项生物制品的研发与申报过程，主持及参与省部级科研项目12项，获授权国家发明专利3项、实用新型专利38项、软件著作权7项，发表科研论文18篇、出版著作1部。

除了深耕科研，曹政还利用专业知识，服务乡村振兴。

2021年5月，曹政作为重庆市委办驻乡镇产业指导组成员之一，来到万州区龙驹镇开展为期两年的驻镇产业指导工作。

一到龙驹镇，曹政就与成员们迅速进入角色，深入田间地头、农户家中，与群众拉家常、谋发展，了解群众所思所盼，掌握当地产业发展基本情况。

“龙驹镇山高坡陡，土地贫瘠，产业基础相对薄



曹政（左）走访了解产业发展情况（受访者供图）

弱，抗风险能力不强。”通过走访调研，曹政整理并统计出全镇产业发展台账，起草并制定“大蚕蛾防止技术”“李子裂果防止技术”等产业管护指导技术7项，起草中药材操作简介9项。调研并撰驻镇帮扶工作、产业提档升级、产业融合发展等规划与建议10余项。

其中，“生猪种质资源保护”建议被全国政协《每日社情》采用、“完善驻乡驻村帮扶制度”与“加强农业公共品牌建设”建议被市政协采用，“优化李子产业结构”建议被市政府《专报信息》采用、“加快畜牧业机械化发展”被市委统战部《党外人士建言》采用、“建议加快农业全产业链数字化进程”被民进中央采用……

如今，在曹政和产业指导组成员的共同努力下，龙驹镇成立了特色餐饮中心，开发了药茶、药膳、水果养生餐、系列汤锅底料商品等产品，并以药食两用特色餐饮与商品为纽带、以梧桐村中药材基地与科

技小院为基础，推动该镇茶叶、中药材、芦花鸡、水果等产业逐步形成一二三产业融合发展模式，走出了一条符合地域特色，具有显著差异特征的农业产业化发展新路子。

近年来，因工作出色，曹政获得多项民进中央与民进重庆市委颁发的参政议政政成果奖励、获“参政议政全国先进个人”荣誉称号，并连续多年获得重庆市委统战部、荣昌区委统战部及民进荣昌区委会颁发的参政议政先进个人、优秀信息员等称号。在2021—2023年度的驻镇产业帮扶工作中，被重庆市农业农村委评为产业指导员先进个人。

“为民履职，责无旁贷”，这是曹政的履职心得。他表示，只有不断提升自己的履职能力，发挥个人专才和政协委员的作用，才能在人民政协的大舞台上，为助力畜牧业发展、乡村振兴贡献更多力量。

融媒体中心记者 廖国颖

健康专栏

健康生活

理想血压

高血压是最常见的慢性病，也是心脑血管病最主要的危险因素，如果发现不及时或治疗不当，容易引发脑卒中、心肌梗死、心力衰竭及慢性肾脏病等并发症。因此，每个人都应该了解自己的血压。

一、什么是高血压？

高血压是指以体循环动脉血压持续升高为主要特征，伴或不伴有心、脑、肾等器官的功能或器质性损害的临床综合征。高血压可分为原发性高血压即高血压病和继发性高血压即症状性高血压两大类，原发性高血压占高血压的90%以上，继发性高血压指的是某些确定的疾病和原因引起的血压升高，约占高血压不到10%。

二、如何预防高血压？

1.减少钠盐摄入。每人每日食盐量逐步降至至少5g。日常生活中食盐主要来源为腌制、卤制、泡制的食品以及烹饪用盐，应尽量少用上述食品。建议在烹调时尽可能用量具（如盐勺）称量加用的食盐。用替代产品，如代用盐、食醋等。

2.合理膳食，适量运动，保持健康体重。食物多样，谷类为主；多吃蔬菜水果奶类、大豆或其制品；适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉；少盐少油，控糖限酒，培养清淡饮食习惯，少吃高盐和油炸食品。保持健康体重，食不过量，控制总能量摄入，保持能量平衡；坚持日常身体活动，每周至少进行5天中等强度身体活动，累计150分钟以上，主动身体活动最好每天6000步；减少久坐时间，每小时起来动一动。应注意量力而行，循序渐进。

3.戒烟限酒，舒缓压力、放松心情。吸烟对人体有许多副作用，这些副作用是由于烟草中所含的焦油、尼古丁、一氧化碳等引起的。吸烟对人体的副作用主要有：吸烟时，心跳加快，血压升高，而这两者都需要心脏更加努力地工作，同时消耗更多的氧气；烟草中的一些成分，可增加血液的粘稠度；吸烟过程中及吸烟后的1个小时内，手、脚和心脏的动脉血管可能发生阵发性的收缩，使得供应到这些部位的血液减少；吸烟使血液中的脂质和胆固醇的含量增加，并且在动脉内壁大量的沉积；吸烟者血液内的一氧化碳含量是不吸烟者的4至15倍，而一氧化碳会影响血液中氧与血红蛋白的正常结合，从而降低输送到心肌血氧的含量；吸烟还可以引起支气管炎和肺癌。

4.限制饮酒，过量饮酒易患高血压，每天白酒少于50ml或葡萄酒少于100ml或啤酒少于300ml。

5.提高社会适应能力，维持心理平衡，避免各种不良刺激的影响。心理平衡有助于保持血压正常，长期精神紧张或焦虑、抑郁状态可增加高血压的患病风险。应积极主动地缓解精神紧张、调整心态，避免负面情绪，保持心理平衡，从而达到良好控制血压的目的。

三、血压平稳后可以停药吗？

经常有高血压患者问“我长期口服降压药，现在血压一直稳定，是不是可以停药了？”

答案是不能停药！血压一平稳就停药，是一种片面的、不科学的认识。要知道，积极地、长期地、规律性地药物治疗，是控制高血压、预防并发症的最可靠的方法。

原发性高血压是一种终身伴随的慢性疾病，目前虽然还不能根治高血压，但是可以通过合理的药物治疗和健康生活方式，能将血压控制在相对安全的范围内，从而减少高血压带来的心、脑、肾等器官损害和其他并发症，使我们能与高血压“和平共处”。

血压控制正常是降压药治疗的结果，如果贸然停用了降压药，失去了药物作用，血压又开始升高，这种血压波动对心脑等损害也是非常大的。

四、有没有可以停药的可能？

回答是肯定的。比如气候、环境的变化导致血压降低；生活方式改善了，体重减轻了，运动量上去了，精神放松了，血压也可能会下降。这种情况下降压药的剂量可以适当减量或停用其中一种降压药物，但是一定要在医生的指导下调整药物，切不可自行停药。当然，降压药物减量或停药之后要做好血压监测，保证血压在正常范围内，尽量减少血压波动。

爱心慰问送关怀

真情帮扶暖人心

本报讯(融媒体中心记者 赖家辉)近日，市第五中级人民法院执行局携手重庆美美电器有限公司，到铜鼓镇高山村开展结对帮扶爱心捐赠活动。

活动中，市第五中级人民法院执行局、重庆美美电器相关负责人为10户困难家庭发放慰问金及电扇、电磁炉等家电，让他们

深切感受社会的温暖。

近年来，在市第五中级人民法院执行局的帮扶下，高山村相继完善了水、电、路等基础设施建设。下一步，市第五中级人民法院执行局驻村工作队将持续用力，巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴的有效衔接，努力让群众生活更加幸福美好。

妇幼医护人员“大比武”

以赛促学提升服务水平

本报讯(融媒体中心记者 刘佳佳 通讯员 肖生敏)近日，区卫生健康培训学校举办主题为“弘扬工匠精神 建设健康中国”的妇幼健康职业技能竞赛，辖区29家医疗机构共53名选手参赛。

本次竞赛设有危重孕产妇救治、危重新生儿救治、宫颈癌防治、儿童眼保健4个项目，分为基本理论知识综合笔试和实操两个部分，竞赛内容包括相关政策规范、专业知识和操作技能等。

选手们以扎实的功底、熟练的操作，全方位展示了我区妇幼保健医务工作者的风采。

区卫生健康委相关负责人表示，此次竞赛旨在以赛促学、以赛促练、以赛促用，推动我区妇幼保健人才队伍建设，促进妇幼健康工作高质量发展。最终，4个项目各评选了一名选手参加市级比赛。



日前，“笔转四季·画下世界”儿童画巡展走进昌元昌州街道敬老院，展示我区优秀儿童画作品。该巡展共展出60件作品，将在全区各镇街举行33场，旨在鼓励更多儿童积极探索艺术世界、全面健康成长。

融媒体中心记者 郑光慧 通讯员 王雨晨 摄

儿童画巡展进社区



重庆市荣昌区市场监督管理局宣