

财政部：力争年内完成契税法、资源税法、消费税法等部内起草工作 个人所得税法(修订)工作同时启动

新华社北京3月20日电(记者申铖)记者20日从财政部了解到,2018年,财政部将力争年内完成个人所得税法(修订)、契税法、资源税法、消费税法、印花税法、城市维护建设税法、关税法、行政事业性国有资产管理条

例等法律、行政法规的部内起草工作,及时上报国务院。
财政部条法司有关负责人表示,2018年,财政部将以加快建立现代财政制度为目标,坚持科学立法、民主立法、依法立法。根据当日公布的2018

年财政部立法工作安排,财政部还将力争年内制定政府购买服务管理办法、修订政府采购信息公告管理办法等部门规章。积极开展会计法、注册会计师法、财政违法行为处罚处分条例、财政转移支付条例、企业国有资产

基础管理条例等法律、行政法规的制定或修订工作,适时上报国务院;开展财政预算评审操作规程等部门规章的起草工作,适时发布实施。
此外,今年,财政部也将对土地增值税法、政府采购法(修订)、政府债务

法、国家金库条例(修订)、财政资金支付条例、政府非税收入管理条例、国有资产评估管理办法(修订)等法律、行政法规,以及企业财务通则(修订)等部门规章进行立法研究,争取尽早形成一定的立法成果。



梨花铺就乡村振兴路

这是3月20日在四川省金川县喀尔乡金江村拍摄的梨花和村庄(无人机拍摄)。
近日,四川省金川县十万余株梨树进入花期,吸引众多游客前往观赏。近年来,金川县利用梨树种植优势,大力发展生态文化旅游产业,走上了一条梨花铺就的乡村振兴路。

新华社记者 张帆 摄

专家建议 睡眠障碍患者 对症施治



3月21日是
“世界睡眠日”

专家表示

睡眠障碍容易引起抑郁等疾病,前期预防与后期治疗不可拖延,不同病因的患者应选择对症施治

专家介绍

人们患上睡眠障碍有多种可能,如果自我调节效果不佳,应尽早选择去医疗机构的专科就诊,进行个体化治疗



专家建议

- 预防睡眠障碍主要在于养成良好的作息习惯
- 人体平均睡眠需求在6个小时左右,尽量在23点以前入睡,避免睡前饮用茶、咖啡等容易引起大脑兴奋的饮料

(据新华社3月20日电)
制图/陈海冰

甩掉“拖延症” 拯救“特困户”

如何找回偷走的睡眠？

临睡前刷微博聊微信打游戏,结果一宿翻来覆去睡不着;晚上“夜梦连篇”,第二天脑袋昏昏沉沉……现代社会生活节奏加快,紧张、焦虑等情绪增多让不少人睡不好、睡不着。
3月21日是第18个世界睡眠日,主题是“规律作息,健康睡眠”。多位专家呼吁,要遵循规律的作息时间,合理调节睡眠节律,提升学习、工作效率。若出现睡眠障碍等疾病,应及时就医、科学对症治疗。

A “90后”有三成是“猫头鹰”型作息 睡眠障碍危害有几多？

中国医师协会睡眠医学专业委员会日前公布全球睡眠状况及睡眠认知最新调查数据显示,全球成年人中超六成存在某种影响睡眠的医学问题,1/4的成年人有失眠问题,1/5的人打鼾。
睡不够、睡得浅,如今“90后”等

年轻人群渐成睡眠“特困户”。中国医师协会睡眠医学专业委员会主任委员叶京英指出,我国“90后”年轻人睡眠指数均值为66.26,普遍睡眠不佳;其睡眠时间平均值为7.5小时,低于健康睡眠时间。自媒体人、程序员、电商从业者等群体睡眠质

量尤差。北京大学第六医院院长、北京大学精神卫生研究所所长陆林指出,超三成的“90后”属于“晚睡晚起”作息,能保持“早睡早起”习惯的仅占17.5%。

“睡眠有助于保护脑神经细胞功能,帮助体力、脑力恢复,这对人体健

康至关重要。”叶京英说,神经细胞不可再生,没有高质量的睡眠就没有充足的氧供应神经细胞,甚至会导致神经细胞衰老、变性。“尽管年轻人的身体各主要器官处于代偿期,熬夜后自己不觉得有多大影响,但长期下去对于健康的隐患是巨大的。”

B 什么“偷”走了我们的睡眠？

睡眠是精力恢复、免疫调节、记忆整合、内分泌调控的必要要素,是什么“偷”走了我们的睡眠呢?
为业绩考核冲刺、考试前“熬夜”……现代人面临着学习、就业、职场等多重“大山”,心理焦虑、紧张、抑郁让人睡“纠结”。中国医师协会睡眠医学专业委员会调查显示,3/4的“90后”群体因为情绪导致睡眠质量下降,睡眠质量差的人达到36.3%。
猛跑一气希望累得倒头就睡着、

“借酒消愁”盼着醉后沉睡……助眠误区反映出不少人健康睡眠意识淡薄。专家表示,殊不知,这些“偏方”反而会扰乱夜间睡眠结构,导致早醒或夜间觉醒。此外,营养过剩或肥胖也是睡眠障碍的可能因素。

“枕边”的睡眠“小偷”不容忽视。陆林指出,手机、电脑等电子产品屏幕发出的蓝光会刺激视神经,导致原本可让大脑产生“困意”的褪黑素大量减少,“辗转反侧”也就在所难免了。

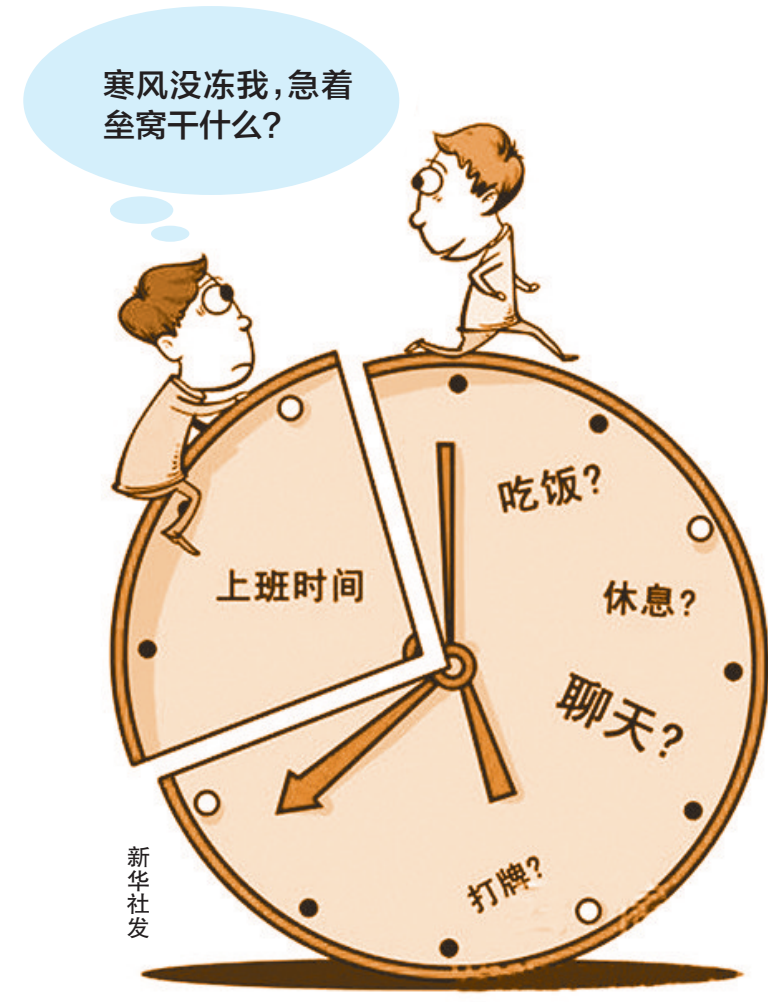
C 专家支招:健康睡眠怎样“高枕无忧”？

睡眠已经成为一个从自我睡眠管理到心理健康以及睡眠环境适应等在内的健康综合性管理问题。健康睡眠怎样“高枕无忧”?
“每个人都是自己健康的第一责任人。”提高健康睡眠意识与科学认知是关键。陆林建议,睡觉前一个小时要离开电子产品,入睡前两小时不要再大量进食,青少年每天睡眠时间要保持在7至9小时。
针对睡眠障碍的不同发病机理,临床治疗一般会选择无创呼吸机、上呼吸道拓宽手术、佩戴口腔矫治器

等。“发生在睡眠期的疾病有90多种,具体是哪种疾病还需专业诊断。”中国人民解放军沈阳军区总医院耳鼻喉咽喉科主任医师李树华建议,要到医院进行个性化评估、确认预期疗效后根据自身情况选择方案。

此外,合理饮食、加强体育锻炼、培养卧位睡眠习惯、营造安静的睡眠环境,都会有助于预防、减轻睡眠障碍症状。如果确因工作需要熬夜,也要保证休息时睡眠时长充足。

(据新华社北京3月20日电 记者王宾)



国台办发言人： 搞“台独”分裂 必将自食恶果

新华社北京3月20日电(记者查文晔)据媒体报道,台湾当局行政部门负责人赖清德20日声称,台湾是“主权独立的国家”,“台湾主权独立”的事实不会因为外界而有任何改变。国务院台办发言人安峰山对此表示,这种赤裸裸的“台独”言论,是对两岸关系的严重挑衅,必将自食恶果。

安峰山指出,大陆和台湾同属一个中国。台湾是中国领土不可分割的一部分,从来不是也永远不可能成为一个国家。我们坚决反对“台独”分裂活动,一切分裂国家的行径和伎俩都注定是要失败的,都会受到人民的谴责和历史的惩罚。

今年打假“质检利剑”行动 锁定消费品等五大领域

据新华社北京3月20日电(记者王优玲)记者20日从国家质检总局获悉,《2018年“质检利剑”行动工作方案》于近日印发。根据方案,质检部门将在消费品、农资、建材、汽车配件和汽柴油等领域开展打假“质检利剑”行动,并深入开展消费品、生产资料尤其电商产品区域问题集中整治行动。

根据方案,将深入开展以儿童用品和家用电器为重点的消费品打假“质检利剑”行动。围绕消费者反映强烈的日用消费品,将以儿童用品、家用电器、纺织服装、家具家装产品、食品相关产品等消费品,智能家居、智能穿戴、健康环保等新兴消费品,以及空气净化器、智能马桶盖、取暖器、速热水龙头、电动滑板车等产品为重点。

质检部门还将开展以化肥、农机及其配件为重点的农资打假“质检利剑”行动;以滤清器、内饰、汽柴油等为重点的汽车配件和汽柴油打假“质检利剑”行动。

国家电网将投资210亿元 改造深度贫困区电网

据新华社北京3月20日电(记者姜琳)记者20日从国家电网公司获悉,2018至2020年,该公司将投资210亿元用于“三区三州”农村电网提档升级,实现深度贫困地区人民由“用上电”向“用好电”转变。

包括西藏、四省藏区、南疆四地州和四川凉山、云南怒江、甘肃临夏等在内的“三区三州”,是中央确定的深度贫困地区,也是脱贫攻坚战中最难啃的“硬骨头”。

据国家电网公司总经理寇伟介绍,除云南怒江州以外,以上地区都在国家电网经营区域内,包括1.21万个贫困村、198个县(区),占“三区三州”县(区)总量90%以上。

“大洋一号”科考船青岛起航 “潜龙”“海龙”将双双入海



3月20日,“大洋一号”在码头停靠。
当日,我国功勋科考船“大洋一号”从位于山东省青岛市的国家海洋局北海分局科考基地码头起航,开始执行2018年综合海试任务。我国自主研发的海底机器人“潜龙”和“海龙”均将参加本次海试的相关科学调查。 新华社记者 陈灏 摄

我国科学家揭开废水处理 主流技术关键环节神秘面纱

据新华社武汉3月20日电(记者谭元斌)活性污泥法是全球市政污水和工业废水净化处理的主流技术。我国科学家成功揭示活性污泥法关键环节——活性污泥菌胶团形成的分子调控机制,为进一步改进这一技术打下良好基础。

这是记者20日从中国科学院水生生物研究所获得的消息。据专家介绍,活性污泥法可有效去除污水中的有机物、氮磷营养和重金属等污染物,其关键在于活性污泥细菌可以形成菌胶团,从而在活性污泥工艺中得以富集,发挥有机污染物降解和除磷脱氮功能。

中国科学院水生生物研究所邱东茹学科组通过深入研究揭示了活性污泥菌胶团形成的分子作用机制。该所相关负责人说,“菌胶团可能有抵抗原动物捕食和其他未知功能。这些研究发为揭示活性污泥菌胶团形成机理打下良好基础,对活性污泥工艺处理效率提升、污泥膨胀控制、剩余污泥减量和资源化利用等新技术开发具有参考意义。”相关研究成果在线发表在国际期刊《环境微生物学》上。