

被“围猎”的县官如何全身而进

□舒天烈

“围猎”说正是县委书记生存状态的一个真实反映。县官们需要多有几分“政治定力”，只要廉洁奉公，有为就会有位。一旦触碰了底线，难免身败名裂、前功尽毁。

“各种诱惑、算计都冲着你来，各种讨好、捧杀都对着你去，往往会成为‘围猎’的对象”。12日，习近平在与中央党校县委书记研修班学员座谈时，用这样一个充满画面感的描述，警醒县委书记们要做“四有新人”——心中有党、心中有民、心中有责、心中有戒。

在行政体制中，县一级处于承上启下的关键环节，是发展经济、保障民生、和谐稳

定的重要基础，自古就有“郡县制，天下安”的古语。难以想象，一县之长如果任人唯亲、卖官鬻爵，如果贪污腐败、以权谋私，县域经济怎能搞好、社会生态怎会清正？或许也正是因为，习近平才会来到这个县委书记研修班，与来自基层的县官们交流谈心。

“县官”，听起来品秩不高，但为官一方，却也切实掌握着大量资源。比如，曾长期占据百强县排行榜榜首位置的江苏江阴，2013年GDP超过2700亿，规模不可谓不大。横向上看，县官们处于当地权力网络、关系网络的一个重要节点上，有着很强的话语权。纵向上看，对上则政治经济和社会事业发展都相对独立，对下则可以“一竿子插到底”。这两方面决定着，县官这一位置，有着巨大的利益空间。

现实中，县官腐败也确实不容小觑。以发生塌方式腐败造成官场地震的山西为例，仅2014年就有17名现任及原任岗位为县委书记的干部落马。以至于该省新任省委书记王儒林要专题研讨“如何把好干部选到县委书记岗位上来，如何防止干部‘带病提拔’，选用县委书记应该注意哪些问题”。而这些问题，也是更多省委书记乃至更高层领导需要考虑的。

从这个角度看，习近平的“围猎”说，正是县委书记生存状态的一个真实反映。我们仍处于快速发展期，城镇化进程中的拆迁改造、市场化进程中的中小国企改革等，很多都是涉及几百万上千万甚至上亿元的重大工程。有老板来拉关系，有亲朋来走后门，县委书记稍一疏忽或者稍一动心，就可能倒在“围猎”之中。这是他们必须面临的生

态，也是他们必须应对的危机。

面对“围猎”的县官们，正需要多有几分“政治定力”，把控好自己的前进方向。当前情况下，反腐败会一直保持高压态势，改作风肯定不会是一阵风，“为官不为”的状态也必然会得到整治。这对于县官而言，无疑释放出强烈的信号，只要廉洁奉公，有为就会有位。但一旦触碰了底线，难免会身败名裂、前功尽毁。

在谈及官员的晋升路径时，习近平屡屡引用这句来自韩非子的名言：“宰相必起于州部，猛将必发于卒伍”。而他本人，也是一路从基层打拼过来的。正因此，在与县委书记座谈时，他才更显得情真意切、语重心长。而被“围猎”的县官们要想全身而进，就不能不仔细掂量一下总书记的话了。

点点评

新闻:元旦过后重庆遭遇重度污染天气，熏制腊肉香肠被看作是导致PM2.5上升的原因之一。四川省达州市更是宣布，当地空气重度污染的罪魁祸首就是熏制腊肉。检测结果显示，单个腊肉熏制点影响范围相当有限，基本上不超过50米。（1月14日《重庆晚报》）

点点评:熏制历史上千年，一朝成了污染源。

新闻:“喝水神器”55℃杯横空出世，据说只要摇一摇，开水1分钟变55℃，再也不会烫到嘴。近日，一郑州市民提起花了328元买的“喝水神器”就觉得上了当，“摇得手腕子都快断了，水还烫嘴。”（1月14日《郑州晚报》）

点点评:不如拿俩碗倒腾一下。

新闻:广东省东莞市一小区内，居民贺女士被一名10岁男童从顶层抛下的砖块砸伤，经抢救无效死亡。死者家属索赔160多万元。肇事者父母以及律师表示，死者明知楼顶上有杂物，疏忽自身安全存在过错，应当减轻肇事方的赔偿责任。（1月14日《京华时报》）

点点评:找到祸根了。

新闻:11日上午9点，渝中区嘉华大桥桥头往虎头岩隧道方向，清洁工张大姐无意间发现草丛里一名身穿红色上衣的男子一动不动，张大姐赶紧拿出手机报了警。警察发现，这名睡着了的男子竟然是一名逃犯，因酒驾而逃亡。（1月14日《重庆晨报》）

点点评:再添点料能拍个“睡圆”。



感谢奉献的路上有您相随——无偿献血英雄们

捐献青春热血，绘画人生画卷——快乐周末，让爱出发。

每一滴热血，都需要爱的传承；每一份生命，都需要您的呵护。让我们共同挽袖关爱每一份生命，温暖每一个濒临破碎的家庭。

您的一点勇气，激活脆弱生命的生机；您的一个决定，唤起无助家庭的希望；您的一次举动，传递人间真情的火炬；您的一份大爱，奏响和谐社会的旋律！

在献血后的1-2日内，适当增加饮水量

在献血后的1-2日内，适当增加饮水量，注意增加一点高蛋白质和易消化的食物，切忌暴饮暴食。适当注意休息，不要进行剧烈的活动。个别出现倦怠感觉者，只要保证充足的睡眠，也会很快消失的。

献血者献血后心情应是愉快的，因为自己做了一件无私奉献，有意义的事，献血是不会损害健康的，但是如果在献血后出现一些不良反应，应与采血单位取得联系，以便及时进行访视和处理。

造血的主要原料是蛋白质、铁、维生素B12和叶酸等，这些养料在普通饮食里都有，不必特别去多吃。献血后，适当地增加一些营养，吃些瘦肉、鸡蛋、豆制品、新鲜水果和蔬菜等，可促

进血液成分恢复更快，但切忌暴饮暴食，亦不要饮酒。

在日常生活中，我们应该如何给血液“排毒”

1.多喝水有助血液“排毒”，加速血液中尿素氮等有害物质的排出；

2.控制脂肪摄入，暴饮暴食、大鱼大肉可能导致血脂偏高，增加心脑血管疾病的风险；

3.蔬菜、水果、牛奶、豆类、水产品等能提高血液活力；

4.远离化学毒物，比如引起高铁血红蛋白血症的硝基化合物，诱发溶血性贫血的砷化氢，影响造血功能的苯、放射性物质等；

5.谨慎用药，用药前最好咨询专业医生或药师，不要凭感觉自行服药。

关于血液和血管，您不得不知的真相！

血液是一种红色的、不透明的粘稠液体，存在于心血管系统中，在心脏的推动下，不断循环流动。一旦血液停止流动也就意味着生命的终止，可谓是“生命不歇，血流不止”。

但是您知道吗？血液和血管蕴藏了许多神奇的奥秘！以下7个关于血液、血管的真相，您知道几个呢？

1、血液循环一周只需20秒：心脏输送出来的血液，经过大动脉、中动脉、小动脉，流到全身

的毛细血管，然后又经过小静脉、中静脉和大静脉，再返回心脏。血液按这个顺序“旅行”，速度非常快，在体内循环一圈只需要20秒。依此速度算，血液在一小时内可循环180圈，1年是157.68万圈，如果一个人活到80岁，血液会在体内循环12614.4万圈！

2、血管长达62000英里：人体皮肤的每平方米包含了19英尺血管，血管总长62000英里（即99820千米）以上，如果全部首尾相接，大概可以绕地球2.5圈！

3、人的心脏可以产生把血液喷出30尺高的压力：每天人体心脏跳动产生的能量，足以把9千克重的物体升高1米。在输送的特殊情况下，心脏甚至可以产生把血液喷出30尺高的压力！科学家推算，人从出生到50岁的时候，心脏跳动所产生的能量可以把100颗重量级的人造卫星送入地球轨道。

4、强忍喷嚏可能会导致血管破裂：打喷嚏是机体的一种防御，不必强忍。要知道，打喷嚏是一种反射动作，而反射动作基本是不受控制的。如果你强行忍住打喷嚏，很可能会导致你头部或者脖子中某条血管突然破裂！

5、傻笑让血液循环增速21%：美国得克萨斯大学最新研究显示，那些看喜剧时由衷发笑的人，血液循环的速度会增加

21%，并且可以持续24小时之久；而当他们看严肃的纪录片时，血液循环速度会下降18%。所以，尽可能发现生活中的“笑点”吧！

6、撒奸利于血管舒张：正常女性体内调节神经、血管功能的激素有两类：一类是使神经兴奋、血管收缩的肾上腺素；另一类是使神经抑制、血管舒张的乙酰胆碱等。研究发现，爱撒奸的女子血液中乙酰胆碱等的含量远远高于不爱撒奸的女子，且不易生病。女汉子们，快撒奸起来吧！

7、血液不会陪你撒谎：爱说谎的人注意啦！别以为你的谎言能骗得了所有人，血液可是不会陪您说谎的。在撒谎的时候血液会冲涌至脸部，导致鼻子、耳朵等部位因温度微微升高而开始发痒，使人在不自觉的情况下抓挠、抓耳朵、抹鼻子等小动作就能戳破您的谎言。

看完上面7点关于血液和血管的奥秘，是不是觉得很不可思议？

白血病的五大症状
白血病又被称作血癌，它是人免疫系统上的不治之症。很多患者起初并没有发掘它，以至于延误了病情，错过了最佳治疗时期。其实，这并不怪患者，只不过因为他们无法判断自己是否患病，所以，了解白

血病的早期症状很重要。

白血病的五大症状

1、出血：白血病以出血为早期表现者近40%。出血可发生在全身各个部位，常见于皮肤不明原因的瘀斑、口腔、鼻腔、牙龈出血、月经过多等。

2、贫血：常常为白血病的首发症状，主要表现为脸色苍白，自觉虚弱乏力、多汗，不论在活动或是在休息时，都觉得气促、心跳加快。随着时间的推移逐渐加重。贫血越重往往提示白血病越严重。

3、神经系统症状：头痛、恶心、呕吐、偏瘫、意识丧失等神经系统症状是白血病对脑细胞和脑膜浸润的缘故。

4、原因不明无痛肿大：大部分白血病患者有浅表淋巴结的肿大，以颌下、颈部、锁骨上、腋下及腹股沟处多见，往往没有明显疼痛，体检可发现肝脾肿大，胸骨下有明显的压痛，这是大量白血病细胞浸润骨髓的表现。

5、发热：半数以上的患者以发热为早期表现，可为38度以下的低热或39度甚至40度以上的高热。

无偿献血之窗

本栏目策划组稿 赵燕 黄云瑞