

# 习近平同美国总统拜登举行视频会晤

新华社北京11月16日电(记者 杨依军)国家主席习近平11月16日上午同美国总统拜登举行视频会晤。双方就事关中美关系发展的战略性、全局性、根本性问题以及共同关心的重要问题进行了充分、深入的沟通和交流。

习近平指出,当前,中美发展都处在关键阶段,人类的“地球村”也面临诸多挑战。中美作为世界前两大经济体和联合国安理会常任理事国,应该加强沟通和合作,既办好我们各自国内的事情,又承担起应尽的国际责任,共同推进人类和平与发展的崇高事业。这是中美两国和世界各国人民的共同愿望,也是中美两国领导人的共同使命。

习近平强调,推动中美各自发展,维护和平稳定的国际环境,包括有效应对气候变化、新冠肺炎疫情在内的全球性挑战,都需要一个健康稳定的中美关系。中美应该相互尊重、和平共处、合作共赢。我愿同总统先生一道,形成共识,积极行动,引领中美关系积极向前发展。这是造福两国人民的需要,也是国际社会的期待。

习近平指出,过去50年,国际关系中一个最重要的事件就是中美关系恢复和发展,造福了两国和世界。未来50年,国际关系中最重要的是中美必须找到正确的相处之道。历史是公正的,一个政治家的所作所为,无论是非功过,历史都要记上一笔。希望总统先生发挥政治领导力,推动美国对华政策回归理性务实的轨道。

习近平强调,总结中美关系发展经验和教训,新时期中美相处应该坚持三点原则:一是相互尊重。尊重彼此社会制度和发展道路,尊重对方核心利益和重大关切,尊重各自发展权利,平等相待,管控分歧,求同存异。二是和平共处。不冲突不对抗是双方必须坚守的底

线,美方提出中美可“共存”,还可加上两个字,即和平共处。三是合作共赢。中美利益深度交融,合则两利、斗则俱伤。地球足够大,容得下中美各自和共同发展。要坚持互利互惠,不玩零和博弈,不搞你输我赢。

习近平强调,中美应该着力推动四个方面的优先事项:一是展现大国的担当,引领国际社会合作应对挑战。在这方面,中美合作也许不是万能的,但没有中美合作是万万不能的。中方所提的全球性倡议对美国都开放,希望美方也能如此。二是本着平等互利精神,推进各层级各领域交往,为中美关系注入更多正能量。我愿通过多种方式同总统先生保持联系,为中美关系指明方向、注入动力。中美在经济、能源、两军、执法、教育、科技、网络、环保、地方等诸多领域存在广泛共同利益,应该互通有无、取长补短,做大中美合作的“蛋糕”。中美可以利用两国外交安全、经贸财金、气候变化团队等对话渠道和机制平台,推动务实合作,解决具体问题。三是以建设性方式管控分歧和敏感问题,防止中美关系脱轨失控。中美存在分歧很自然,关键是要建设性管控,避免扩大化、激烈化。中方当然要维护自身主权、安全、发展利益,希望美方务必谨慎处理好与此有关的问题。四是加强在重大国际和地区热点问题上的协调和合作,为世界提供更多公共产品。天下并不太平,中美应该同国际社会一道,共同捍卫世界和平,促进全球发展,维护公正合理的国际秩序。

习近平强调,中国倡导和平、发展、公平、正义、民主、自由的全人类共同价值。搞意识形态划线、阵营分割、集团对抗,结局必然是世界遭殃。冷战的恶果殷鉴不远。希望美方把不打“新冷战”表态落到实处。

习近平指出,我们刚刚召开了中共第十九届六中全会,总结了中国共产党百年奋斗重大成就和历史经验。一百年来,中国共产党的初心和使命就是为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴。我们在这方面取得了很大成就,但还远远不够,还要继续努力。我上任时就公开说过,人民对美好生活的向往,就是我们的奋斗目标。中国人民对美好生活的向往,是中国发展最大内生动力,是一个必然的历史趋势,谁想阻挡这个历史趋势,中国人民不会答应,也根本阻挡不了。作为中国领导人,我能够为14亿中国人民服务,同他们一起创造美好生活,是一个重大的挑战,也是一个重大的责任。我的态度是“我将无我,不负人民”。

习近平指出,中国人民历来爱好和平,主张和为贵。中华民族血脉中没有侵略他人、称王称霸的基因。新中国成立以来,我们没有主动发起过一场战争或冲突,没有侵占过别国一寸土地。中国无意满世界推销自己的道路,相反我们一直鼓励各国找到适合本国国情的发展之路。

习近平阐述了中方在台湾问题上的原则立场。习近平强调,台湾局势面临新一轮紧张,原因是台湾当局一再企图“倚美谋独”,而美方一些人有意搞“以台制华”。这一趋势十分危险,是在玩火,而玩火者必自焚。一个中国原则和中美三个联合公报是中美关系的政治基础。历届美国政府对此都有明确承诺。台湾问题的真正现状和一个中国的核心内容是:世界上只有一个中国,台湾是中国的一部分,中华人民共和国政府是代表中国的唯一合法政府。中国实现完全统一,是全体中华儿女的共同愿望。我们是有耐心的,愿以最大诚意、尽最大努力争取和平统一的前景,但如果“台独”分裂势力挑衅逼迫,甚至突破红线,我们将不得不采取断然措施。

习近平强调,文明是丰富多彩的,民主也是丰富多彩的。民主不是一种定制的产品,全世界都是一个模式、一个规格。一个国家民主不民主,要由这个国家的人民自己来评判。如果因为实现民主的形式不同就加以排斥,这本身就是不民主的行为。我们愿在相互尊重基础上就人权问题开展对话,但我们不赞成借人权问题干涉别国内政。

习近平指出,中美应该维护以联合国为核心的国际体系,以国际法为基础的国际秩序,以联合国宪章宗旨和原则为基础的国际关系基本准则。如果没有中美合作,多边主义是不完整的。

关于中美经贸关系,习近平指出,中美经贸关系本质是互利双赢,在商言商,不要把中美经贸问题政治化。双方要做大合作“蛋糕”。中方重视美国工商界人士希望中方提供来华便利的诉求,已同意实施升级版“快捷通道”,相信这将进一步促进中美经贸往来。助力两国经济复苏。美方应该停止滥用和泛化

国家安全概念打压中国企业。中美有必要保持宏观经济政策沟通,支持世界经济复苏和防范经济金融风险。美方应该重视国内宏观政策外溢效应,采取负责任的宏观经济政策。

关于能源安全问题,习近平指出,中美应该倡导国际社会共同维护全球能源安全,加强天然气和新能源领域合作,同国际社会一道,维护全球产业链供应链安全稳定。

关于气候变化问题,习近平指出,中美曾携手促成应对气候变化《巴黎协定》,现在两国都在向绿色低碳经济转型,气候变化完全可以成为中美新的合作亮点。我提出绿水青山就是金山银山,要像保护眼睛一样保护生态环境,像对待生命一样对待生态环境。现在,生态文明的理念在中国家喻户晓,成为社会共识。中国将用历史上最短的时间完成全球最高的碳排放强度降幅,需要付出十分艰苦的努力。中国仍然是世界上最大的发展中国家,发展不平衡不充分的问题十分突出。各国要坚持共同但有区别的责任原则,兼顾应对气候变化和保障民生。少一些推诿指责,多一些团结合作。比口号,更要比行动。发达国家应该认真履行历史责任和应尽义务,而且要保持政策的稳定性。

关于公共卫生安全问题,习近平指出,新冠肺炎疫情再次证明,人类社会是命运共同体。没有比人的生命更优先的考量。团结合作是国际社会战胜疫情最有力武器。对待重大疫情,需要的是科学态度,把疾病问题政治化有害而无一利。全球抗疫的当务之急是破解疫苗赤字,消除“疫苗鸿沟”。我在去年疫情暴发初期就提出新冠疫苗应该作为全球公共产品,并在不久前提出全球疫苗合作行动倡议。中

国率先向有需要的发展中国家提供疫苗,累计超过17亿剂疫苗和原液。我们还会考虑发展中国家的需求,增加新的捐赠。新冠肺炎疫情不会是人类面临的最后一次公共卫生危机。中美应该倡导建立全球公共卫生及传染病防控合作机制,推动开展国际交流合作。

拜登表示,美中关系是世界上最重要的双边关系。美中作为两个世界大国,对中美两国和世界人民都负有责任。双方应通过开诚布公和坦率对话,增进对彼此意图的了解,确保两国竞争是公平、健康的,而不会演变成冲突。我赞同习近平主席所讲,历史是公正的,中美关系只能搞好,不能搞砸。中国在5000多年前就已经是一个大国。我愿明确重申,美方不寻求改变中国的体制,不寻求通过强化同盟关系反对中国,无意同中国发生冲突。美国政府致力于奉行长期一贯的一个中国政策,不支持“台独”,希望台海地区保持和平稳定。美方愿同中方相互尊重、和平共处,加强沟通,减少误解,以建设性方式妥善处理分歧,在美中两国利益一致的领域加强合作,共同应对新冠肺炎、气候变化等全球性挑战,让两国人民都能过上更美好的生活。应该鼓励我们的年轻一代更多接触,了解彼此文化,从而使这个世界变得更加美好。

双方还就阿富汗、伊朗核和朝鲜半岛局势等其他共同关心的国际和地区问题交换了意见。

两国元首都认为,此次会晤是坦率、建设性、实质性和富有成效的,有利于增进双方相互了解,增加国际社会对中美关系的正面预期,向中美两国和世界发出了强有力的信号。双方愿意继续通过各种方式保持密切联系,推动中美关系重回健康稳定发展的正确轨道,造福中美两国人民和世界各国人民。

丁薛祥、刘鹤、杨洁篪、王毅等参加会晤。

## 全员行动 护航健康

# 区妇幼保健院密织疫情防控网

### 妇幼风采

通讯员 郭云妃 梅小水  
近日,区妇幼保健院组织开展疫情防控应急演练。妇产科、检验科、分娩室、护理部等科室在住院部二楼过渡病房开展产科病例应急演练;儿科、检验科、防保科、护理部等科室在发热门诊举行儿科疫情防控应急演练。

这样的应急演练在区妇幼保健院已不是第一次。自疫情防控工作开展以来,区妇幼保健院紧紧围绕各级各项疫情防控规范要求,以担当、实干的工作作风和连

续作战的精神风貌开展各项工作,不折不扣落实疫情防控期间各项纪律和要求,做到外防输入、内防扩散,坚决遏制疫情蔓延。

为确保疫情防控各项措施落到实处,守牢防控底线,区妇幼保健院成立由院领导班子及职能科室组成的疫情防控网格化监管小组,院长为第一责任人,各分管院长为小组组长,落实责任,严密做好“三道门”“一米线”管控,切实做好测温、亮码、戴口罩,做好流行病学史询问及登记,落实新冠十大症状及发热患者的分区分级诊疗,做好可疑人员及中高风险地区人员登记及上报。每日各小组将巡查报告及时发送至工作群,院部根据汇总情况,不定期

开会总结及整改,从紧从严抓好院

内疫情防控工作。根据疫情防控要求及工作指南,区妇幼保健院制定疫情防控应急预案、符合疫情防控要求的院感管理制度,针对发热门诊、预检分诊、住院患者管理和核酸采集等重点岗位,细化工作流程及制度。在发热门诊规范化管理上,查找不足积极整改,如增加物理隔断、落实空气流通,增加候诊区设施,增配快速核酸检测设备等。强化院感管理督查,落实发热门诊患者闭环管理,自今年10月起,进入诊疗区的家属及大龄儿童,医院免费配发N95防护口罩。住院部严格执行疫情防控要求,严守小门,谢绝探视。由于产

科的特殊性,坚决执行“一人一陪护”,病区严禁陪护串门。各层均设置过渡病房,遵守院感及疫情防控要求。

全院职工定期核酸检测,重点岗位2天1次,非重点岗位每周1次,做到“应检尽检”;通过钉钉打卡,监测员工健康状况;严格落实外出审批制度,加强员工疫情期间的管理。全院职工包括后勤、护工及外勤人员在内,通过集中培训、网课、针对性培训、急诊急救演练等多种形式,开展新冠疫情防控、院感相关业务的学习、培训,重点针对个人防护、核酸采集开展多次培训、考核、演练,提高医院疫情防控整体水平。

## “糖妈妈”如何控制血糖?

### 妇幼科普

通讯员 林琳敏

妊娠期糖尿病是孕前未患有糖尿病,在怀孕时才发生的一种妊娠期特有的糖尿病。它是由于妊娠后胎盘产生某些激素导致胰岛素工作能力下降,使人体对胰岛素的需要量增加,当孕妈不能相应增加胰岛素的分泌时,就发生孕妈血糖升高,成为“糖妈妈”。

妊娠期高血糖会增加胎儿先天畸形及多种并发症的发生,所以“糖妈妈”孕期监测血糖水平很重要,这个任务要由“糖妈妈”自己来完成。今天,我们就聊聊如何监测血糖。

#### 为什么要了解血糖水平

一天中,血糖随着进食的种类、时间和数量而变化,运动量、运动时间也会影响血糖。通过监测身体一天中血液葡萄糖的水平,可以帮助医生因人制宜,调整治疗方案,确定最佳饮食时间、进食量、食物种类,还可以确定运动是否安全,计算合适的胰岛素用量和使用时间。

#### 血糖自我监测的方法

使用微量血糖仪监测血糖,方便、易操作。家中自行监测血糖对于控制血糖在正常水平有很大帮助。可以了解近期平均血糖水平,及时调整治疗方案,帮助辨认容易导致血糖增高的食物,还可以预防低血糖。主要步骤:清洗并擦干双手;搓热选好的手指,加速局部的血液循环;用小针头刺破手指末端的两侧(针头不要循环使用);将一滴血滴于测试条上,等待血糖结果;等待片刻,血糖仪将会显示血糖值;记录血糖值。

#### 什么时候测血糖

根据医生的建议决定每天测血糖的时间,每天至少应该测4次血

糖(早晨空腹、三餐后2小时血糖)。如血糖很高或在应用胰岛素治疗期间,还可能需测夜间血糖,即睡前血糖或凌晨血糖,必要时加测餐前血糖,即三餐前、三餐后2小时及夜间血糖共7次。

#### 如何知道血糖是否正常

尽管一天中血糖会有所变化,但每个时间点都有一个正常范围,检测血糖值在该范围内即正常。如超出范围,要及时与医生联系,调整治疗方案,尽早使血糖降至各时间点血糖正常范围。妊娠期血糖控制标准:空腹及餐前30分钟,血糖控制在3.3-5.3mmol/L;餐后2小时血糖控制在4.4-6.7mmol/L。

#### 怎样控制血糖

“糖妈妈”控制血糖,最关键要做好两件事:一是管住嘴,二是迈开腿。

“管住嘴”即合理管理饮食。妊娠期糖尿病妇女有特殊的膳食需要,多数患者通过合理调节饮食,可将血糖控制在正常范围。饮食管理主要包括:控制碳水化合物的摄入,减少脂肪摄入,增加纤维素的摄入,适当补充维生素。要做到既保证给宝宝生长发育提供必要营养,也合理控制血糖和体重增长。

“迈开腿”即适当运动。适当运动是配合饮食调节治疗妊娠期糖尿病孕妇的另一措施,运动量需根据每位孕妈孕前活动情况、是否有其他健康问题而定。规律适量的运动可选择步行、慢跑、游泳、骑自行车等有氧运动,其中步行最常用,更安全。建议每天步行运动持续时间为20至60分钟。

#### 怎样才能知道运动是否合适

运动中需要观察劳累程度。如运动中谈吐自如、呼吸平稳,即运动量合适;如果运动中说话吃力、出现喘息、咳嗽,需减少运动量或停止运动。运动太多会感到疲累、虚弱、头晕目眩或燥热,反而不利。

## “早产儿日”宣传活动举行

通讯员 孙银洁  
每年11月17日是“世界早产儿日”,今年的主题是“母乳喂养 助力健康”。11月12日上午,区妇幼保健院“世界早产儿日”宣传活动在金钟社区邻里中心举行。

活动中,区妇幼保健院儿科主任医师蒋式飞为婴幼儿家长作题为《家庭促进儿童早期发展的关键技巧》的公益讲座。区妇保院儿童保健科医生廖艺静为早产宝宝及家长带来游戏和家庭护理指导,从亲子互动和游戏中提升宝宝的语言、精细运动、大运动等能力。

此次活动提高了群众对早产儿的认知度,为呵护早产儿,提高早产儿生命质量起到了积极作用。



### 妇幼动态