

中共中央政治局召开会议

讨论拟提请二十届五中全会审议的文件

中共中央总书记习近平主持会议

新华社北京 9 月 21 日电 中共中央政治局 9 月 21 日召开会议，研究持之以恒推进全面从严治党重大问题。中共中央总书记习近平主持会议。

会议决定，中国共产党第二十届中央委员会第五次全体会议由 10 月 26 日至 29 日在北京召开。

中共中央政治局听取了《中共中央关于持之以恒推进全面从严治党若干重大问题的决定》稿在党内外一定范围征求意见的情况报告，决定根据这次会议讨论的意见进行修改后将文件稿提请二十届五中全会审议。

会议指出，这次征求意见发扬民主、集思广益，各地区各部门各方面对决定稿给予充分肯定，认为决定稿实事求是总结新时代全面从严治党的成就和经验，深刻分析当前和今后一个时期党的建设面临的形势和任务，对持之以恒推进全面从严治党作出战略部署，体现了以

习近平同志为核心的党中央强党强国的历史主动，对于推进新时代党的建设新的伟大工程，团结带领全国各族人民以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业，具有重大现实意义和长远指导意义。

会议强调，持之以恒推进全面从严治党必须坚持马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观，全面贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，深入学习贯彻习近平党建思想，围绕实现党的使命任务，落实新时代党的建设总要求，以党章为根本，坚持党的先锋队性质，坚持党的全面领导和党中央集中统一领导，着眼于提高党的长期执政能力、保持党的先进性和纯洁性、保持党同人民群众的血肉联系，坚持严的基调不动摇，健全全面从严治党体系，以党的政治建设为统领，全面推进党的各方面建

设，充分激发全党积极性主动性创造性，不断实现党的自我净化、自我完善、自我革新、自我提高，持续增强党的政治领导力、思想引领力、群众组织力、社会号召力，确保党始终成为走在时代前列、人民衷心拥护、经得起各种风浪考验、朝气蓬勃的马克思主义执政党，始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心。

会议强调，全党必须从巩固党的执政地位、实现中华民族伟大复兴的战略高度，深刻认识持之以恒推进全面从严治党的重要性紧迫性，坚定信心，保持定力，以更高标准、更实举措把新时代全面从严治党宝贵经验坚持好、运用好，把党的建设面临的突出问题整治好、解决好，把管党治党形成的良好政治局面巩固好、发展好，不断开创新时代管党治党、兴党强党新局面。

会议还研究了其他事项。

第 23 届东博会和峰会闭幕

AI 赋能经贸合作结硕果

新华社南宁 9 月 21 日电（记者黄耀滕 田子骏）记者从 21 日举行的第 23 届中国—东盟博览会、中国—东盟商务与投资峰会闭幕新闻发布会上了解到，本届东博会积极搭建中国与东盟 AI 产业对接平台，发布东盟 AI 应用场景合作需求 42 项，达成初步合作意向近百个，其中与东盟国家达成意向合作金额超 10 亿元。

中国—东盟博览会秘书处秘书长王继才说，本届东博会的 AI 展览面积比上届增加 60%，296 家企业参展，比去年增加 48%。首设 AI “大卖场”火爆出圈，70 多家企业展销 8 大类 500 多款产品，总交易额达 2800 多万元人民币，受到消费者的热捧。

中国—东盟商务与投资峰会秘书处秘书长杨雁雁表示，本届峰会坚持“经贸为主线、AI 为主角、企

业为主体、应用为特色”，围绕面向消费者、企业、政府、国际合作四个维度，联动多元主体，首次举办 4 场 AI 主题系列边会，AI 会展大模型贯穿会前、会中、会后全周期。AI 数字主持人、AI 多语种实时翻译等应用覆盖会务各环节，集中展现中国—东盟 AI 合作新路径、新成果，助力东盟国家跨越数字鸿沟、共享智能红利。

据介绍，本届东博会设主会场南宁国际会展中心，以及南 A 社区、桂林国际会展中心两个分会场，展览总面积 17 万平方米，比上届多 1 万平方米；汇聚 73 个国家和地区 3432 家企业参展，国际参展企业占比 30.5%。

据了解，第 24 届东博会初步定于 2027 年 9 月 17 日至 21 日举办，主题国将由新加坡担任，南京市担任第 24 届东博会中国“魅力之城”。

甘肃会宁：
小杂粮喜获丰收

9 月 20 日，在甘肃省会宁县会师镇范湾村，农机在收获小杂粮（无人机照片）。

金秋时节，地处陇中黄土高原的甘肃省白银市会宁县种植的 13 万亩荞麦、谷子、糜子等小杂粮陆续成熟。当地群众抢抓农时进行收获，从田间地头到加工车间，处处洋溢着丰收的喜悦。

新华社记者郎兵兵 摄

健康讲堂

新手妈妈必看：产后“黄金奠基期”72 小时母乳喂养指南

□卢美秀（桂林医科大学第一附属医院产科）

从事产房护理工作十几年，我见过太多新手妈妈的无助与崩溃。熬过了十级阵痛、闯过了分娩难关，却偏偏卡在了产后 72 小时母乳喂养这件事上。

很多宝妈产后头三天陷入误区：以为生完没奶、等着涨奶再喂、怕宝宝饿赶紧加奶粉、喂奶姿势不对被咬破乳头、涨奶堵奶疼到失眠……明明是最自然的亲子喂养，却硬生生变成了受罪。

其实在我们产科，产后 72 小时是母乳喂养的“黄金奠基期”。这三天的开奶节奏、含接姿势、喂养频次，直接决定你能不能纯母乳、会不会堵奶、月子里要不要遭涨奶罪、甚至后续奶量是否充足。今天笔者以一线高年资的产科护理人员的身份，把临床通用、简单好操作的产后 72 小时母乳喂养干货一次性讲透，让新手妈妈少走弯路，轻松实现顺利哺乳。

首先要帮所有新手妈妈打破一个最大的误区：产前三天没奶是正常的，不是乳房没产出，是身体在分泌初乳。

很多妈妈生完立刻着急：乳房软软的、挤不出奶水，担心宝宝吃不饱，立马冲奶粉、喂奶瓶。这是母乳喂养失败的头号原因。新生儿出生后胃容量极小，第一天只有樱桃大小，几毫升初乳就能满足全部营养和能量需求。初乳量少、浓稠、金黄，

看似不起眼，却富含数百种免疫活性物质、抗体和益生元等，是任何奶粉都无法复刻的“宝宝第一剂疫苗”。

产后 72 小时内，我们的乳房不是“没奶”，而是在建立泌乳机制。频繁、有效的吸吮，就是告诉身体：宝宝需要口粮，身体会逐步开启大量泌乳模式。反之，迟迟不亲喂、依赖奶瓶奶粉，身体会接收不到泌乳信号，慢慢出现回奶、奶量不足，后续再追奶难度翻倍。

结合产房临床标准流程，产后第一小时是开奶黄金窗口期，千万不要浪费。

顺产宝妈产后无特殊不适、宝宝生命体征平稳，产后可即刻进行肌肤接触+早吸吮。剖宫产宝妈回到病房、清醒平稳、生命体征正常后，也需尽早安排初次亲喂。这一步不是形式，是科学泌乳的关键。早接触、早吸吮能刺激母体分泌泌乳素和催产素，快速启动泌乳反射，同时帮助宝宝适应吮吸动作、建立吃奶本能，还能促进宝妈子宫收缩、减少产后出血，一举多得。

很多家属心疼宝妈，觉得刚生完太累，让妈妈好好休息、先喂奶粉。看似贴心，实则彻底打乱了泌乳节奏。头三天的核心原则只有一句：多吸、勤吸、有效吸，不看奶量看频次。

再重点讲新手妈妈最容易出错的核心理念：正确含接姿势，这是不皴裂、不疼痛、顺利通奶的关键。

临床中 90% 的乳头破损、喂奶剧痛、堵奶涨奶，都是因为宝宝只叼了乳头喂奶。正确的含接绝对不是“吸乳头”，而是含住乳头+大部分乳晕。

大家可以记住这个简单好记的判断标准：宝宝嘴巴张得足够大、下唇外翻、脸颊饱满鼓起、吸吮节奏均匀、吞咽声清晰，喂奶后乳房明显变软，这就是有效吸吮。如果宝宝嘴巴抿得很窄、只叼乳头、吸吮急促却没有吞咽声，吃完乳房依旧硬硬的，就是无效吸吮。无效吸吮不仅吃不到奶，还会反复摩擦乳头，一两天就会吸破、起泡、溃烂，让后续喂奶变成酷刑。

产后 72 小时内，不用纠结单次喂奶时长，优先保证高频次喂养。建议 24 小时内喂养 8-12 次，平均 2-3 小时一次，夜间也无需刻意攒奶，按需喂养即可。新生儿睡眠久了，要轻轻唤醒喂奶，不要任由宝宝一觉睡 4-5 个小时。频繁排空刺激，是最快开奶、预防堵奶的核心方法。

很多宝妈最焦虑的问题：产后两三天突然涨奶发硬、胀痛难忍，该怎么处理？

这是正常的生理性涨奶，大多出现在产后 48-72 小时，是身体从分泌初乳过渡

到成熟乳的正常反应。乳房会快速充盈、发胀、发硬，甚至轻微发热、腋下胀痛，很多妈妈误以为是堵奶发炎，慌乱热敷、大力揉搓，反而加重水肿、引发乳腺炎。

这里分享正确处理方式：生理性涨奶期禁止大力揉搓、禁止高温热敷。正确操作是：喂奶前用常温毛巾轻微湿敷 1-2 分钟，放松乳房、方便宝宝吸吮；喂奶后及时冷敷，减轻乳腺水肿、缓解胀痛。同时坚持勤亲喂、有效排空，一般 24-48 小时，涨奶症状就会自然缓解，乳房恢复柔软，奶量也会进入稳定供需平衡状态。

除此之外，笔者整理了产后 72 小时母乳喂养的两大禁忌误区，新手家庭一定要避开，少遭大半罪。

第一，不要刻意攒奶。很多人觉得攒一攒奶量变多，实则完全相反。产后初期乳腺管尚未通畅，攒奶只会加重淤积、引发涨奶堵奶，甚至诱发乳腺炎，越攒奶越少。

第二，不要过早依赖奶瓶奶嘴。宝宝吃过奶瓶后，会出现奶嘴混淆现象。奶瓶吃奶省力、流速快，亲喂需要费力吸吮，宝宝会抗拒母乳、拒绝亲喂，最后导致母乳失败。如果确实需要临时补喂，优先选择小勺、滴管喂养，杜绝奶嘴依赖。