

美俄总统谈了啥，俄乌停火近了吗

8天变9个月 美滞留太空宇航员终返地球

热点问答

新华社记者 高山 徐剑梅 黄河

俄罗斯总统普京同美国总统特朗普18日通电话，双方讨论了俄美关系正常化、解决乌克兰危机等一系列问题。这是俄美总统时隔一个多月再次通话。双方谈了什么？有哪些关键问题没有谈到？舆论作何反应？

美俄谈了什么

根据俄美双方发布的信息，两国总统谈到以下至少七点议题。

第一点，俄乌19日将互换175名被俘人员。

第二点，对特朗普提出的俄乌在30天内不袭击对方能源基础设施的提议，普京作出“积极回应”，并已向日俄军下达相关指令。

第三点，针对30天停火倡议，俄方提出若干关键条件，包括确保对俄乌双方整个接触线上的停火进行有效管控、停止乌境内强制动员和重新武

装乌军部队。

第四点，普京表示，俄方愿秉持人道主义原则，依照俄方法律保障库尔斯克州境内投降乌军人员的生命和应有待遇。

第五点，普京对特朗普提出的有关黑海航运安全倡议作出建设性回应。双方同意就此开始谈判，以明确倡议具体细节。相关技术谈判将立即在中东地区展开。

第六点，双方同意推动俄美双边关系正常化、共同努力维护危机地区局势稳定、在核不扩散和全球安全问题上建立协作。

第七点，特朗普支持普京有关在美国和俄罗斯组织两国冰球运动员比赛的想法。

哪些问题没谈到

特朗普17日曾表示，他将与普京讨论土地等问题，包括讨论俄乌“分割特定资产”。然而，美国媒体注意到，在18日通话后双方发布的新闻稿中，完全没有提及俄乌土地划分问题，也没有说明哪些“特定资产”将被分割。

按照俄方发表的声明，普京在通话中强调彻底停止向乌克兰提供外国军事援助和情报信息是防止冲突升级、通过政治和外交手段解决冲突的关键。不过，特朗普18日对美国媒体表示，他在与普京的通话中没有谈及对乌援助问题。

在美俄总统通话后不久，泽连斯基在了一场新闻发布会上说，乌方支持任何能带来持久公正和平的提议，但首先要了解提议是什么。他期待特朗普与他分享通话内容。

围绕俄美总统通话，俄罗斯联邦安全会议副主席梅德韦杰夫在社交媒体平台发文写道：“普京总统和特朗普总统的通话证明了一个众所周知的想法——餐厅里只有俄罗斯和美国。菜单上有：开胃小菜布鲁塞耳芽菜、英式炸鱼薯条和巴黎炸鸡。主菜是基辅炸肉排。祝您用餐愉快！”

舆论怎么看

美国媒体注意到，俄方没有在通话中答应特朗普提出的30天停火倡议，“普京似乎在寻求获得更多让步”。

媒体分析指出，目前乌军在整个战线都面临困境，此前攻入俄罗斯库尔斯克州的乌军几乎完全被赶出，这让乌克兰少了讨价还价的重要筹码。目前俄乌互相暂停攻击对方能源基础设施对俄方更有利。对俄罗斯炼油厂等能源基础设施的攻击是乌军目前最成功的策略之一，但乌克兰电网等基础设施已经遭受重创，而且这一提议也无助于阻止俄军继续在前线推进。

舆论认为，俄乌双方互不信任。从战术角度看，双方都担心对方利用停火来重整军队、完善战线；从战略上看，俄方寻求从冲突爆发的根源上解决问题，包括乌克兰不得加入北约，而乌克兰方面担心安全保障面临威胁。

美国约翰斯·霍普金斯大学国际政治学教授谢尔盖·拉科科对媒体表示，特朗普希望达成一项可以夸耀的短期“协议”，但普京很难作出“妥协”。

波兰副总理兼国防部长科西尼亚克-卡梅什18日说，他对俄美总统通话“不抱过度乐观的态度”。他说，考虑到当下现实，他对此保持谨慎，并呼吁各方不要被情绪左右。

(新华社洛杉矶/莫斯科3月18日电)



3月18日，在美国佛罗里达州附近海域，美国宇航员威尔莫尔(左中)、威廉姆斯(右中)在工作人员的帮助下出舱。



新华社/路透

据新华社洛杉矶3月18日电(记者 谭晶晶)在国际空间站滞留超过9个月的美国宇航员威尔莫尔和威廉姆斯搭乘美国太空探索技术公司“龙”飞船于美国东部时间18日返回地球。一同返航的还有美国宇航员尼克·黑格和俄罗斯宇航员亚历山大·戈布诺夫。

据美国航天局直播，搭载这4名“Crew-9”任务宇航员的“自由”号“龙”飞船于美国东部时间18日1时05分脱离国际空间站启程返航。经过近17个小时飞行后，飞船在佛罗里达州附近海域溅落。

在溅落点附近等待的回收船对飞船进行打捞和安全回收，4名宇航员在医疗团队协助下依次出舱。

威尔莫尔和威廉姆斯去年6月5日搭乘美国波音公司“星际客机”飞赴国际空间站，执行该飞船首次载人试飞任务。这艘飞船6月6日飞抵空间站，原定6月14日返航，但由于出现推进器故障和氦气泄漏等问题，返航时间一再推迟。出于安全考虑，美航天局最终决定让“星际客机”在9月6日脱离空间站不载人返回地球，而这两名宇航员于今年3月改乘“龙”飞船返回地球。他们返回前在太空总共停留286天。

今年7月起 药品销售需扫追溯码 方可进行医保结算

新华社北京3月19日电(记者 徐鹏航)国家医保局等四部门19日联合发布《关于加强药品追溯码在医疗保障和工伤保险领域采集应用的通知》，要求原则上，2025年7月1日起，销售环节按要求扫码后方可进行医保基金结算，对此前已采购的无追溯码药品，列入“无码库”管理，暂可进行医保结算；2026年1月1日起，所有医药机构都要实现药品追溯码全量采集上传。

根据通知，医保定点医药机构要准确采集、核验药品追溯码并上传至全国统一的医保信息平台，药品上市许可持有人的药品追溯系统，中药饮片、中药配方颗粒、院内制剂、必须拆零发放的药品以及零散注射剂针剂等除外。零售药店要在顾客购药小票上显示药品追溯码信息。

通知明确，要提升药品追溯码在医保目录谈判、商保目录制定、省级医药集中采购平台挂网、集中带量采购等方面的应用。《基本医疗保险药品目录》的药品(中药饮片、中药配方颗粒、院内制剂等除外)要全部带码。

据悉，国家医保局将依托全国统一医保信息平台建设药品追溯信息采集和查询功能，并向社会提供公共服务，为购药参保人提供药品追溯信息查询渠道，鼓励购药参保人查询追溯码，持购药凭证维护自身健康权益，共同守护医保基金安全。同时，国家医保局将加强药品追溯码监管应用，聚焦药品追溯码构建各类大数据监管模型，严厉打击串换药品、倒卖药品等违法违规行为。

为啥有口腔异味？牙齿太白不健康？这份口腔保健指南请收好

■新重庆-重庆日报记者 李周芳

口腔异味是什么原因导致的？早上起来先刷牙还是先吃饭？牙齿太白反而不好？……3月20日是世界口腔健康日，重庆口腔专家为读者推出这份口腔保健指南。

日常生活中，口腔异味常常让人陷入尴尬。重医附属口腔医院副主任医师蒋丹说，造成口腔异味的原因很多，“不认真刷牙、刷牙方法不当、进食后不及时清理口腔等，都会导致口腔内细菌滋生，从而产生异味。”饮酒、抽烟以及食用有异味的食物等生活习惯，也是导致口腔异味的重要因素。

此外，龋齿、牙周病、口腔干燥综合征等口腔疾病，都会导致口腔异味。一些全身性疾病，如消化系统疾病、胃炎、消化不良、胃酸、食道反流等，也可能是导致口腔异味的诱因。

早上起来先刷牙还是先吃饭？蒋丹说，经过一夜睡眠，口腔处于封闭且厌氧的环境，大量异味和细菌滋生。因此，起床后应先刷牙，随后再用餐。

拥有一口整齐洁白的牙齿是许多人的愿望，不少人选择通过美牙项目如牙齿贴面等来改善牙齿外观。这样的美牙方式会损伤牙齿吗？如何正确美牙？

陆军军医大学西南医院口腔科科主任熊宇介绍，牙齿贴面是在牙齿上贴一层修复材料，以改善牙齿的形态和色泽。然而，这一过程并非没有风险。熊宇称：“天然的牙釉质是牙齿的保护层，而贴面需要磨除部分牙釉质，这本身就是对牙齿的一种损伤。此外，牙齿形状和弧度改变后可能会对牙龈和牙周健康产生不利影响。”

熊宇表示，从临床上看，牙齿美白的适应症包括变色牙、轻度氟斑牙、增龄性黄牙等。需要注意的是，中重度的氟斑牙，做牙齿美白的效果并不理想，需谨慎选择。他还提醒，牙齿微微偏黄是正常颜色，不必过度焦虑，“从某种程度上说，牙黄反而是牙齿健康的一种标志。”

熊宇提醒，孕妇、哺乳期妇女、患有严重口腔疾病(如龋齿、牙周病)、牙齿敏感严重、对美白剂成分过敏、未满18岁等人群，不建议做牙齿美白。“如果有牙齿美白的需求，建议到正规医疗机构咨询。”熊宇说。

章自辉同志逝世	2025年3月18日逝世，享年92岁。 章自辉，男，汉族，重庆巴县人，1933年11月生，1949年12月参加工作，1953年8月加入中国共产党。
代炳全同志逝世	年3月18日逝世，享年90岁。 代炳全，男，汉族，重庆长寿人，1936年3月生，1963年10月参加工作，1971年10月加入中国共产党。

章自辉同志逝世	2025年3月18日逝世，享年92岁。 章自辉，男，汉族，重庆巴县人，1933年11月生，1949年12月参加工作，1953年8月加入中国共产党。
代炳全同志逝世	年3月18日逝世，享年90岁。 代炳全，男，汉族，重庆长寿人，1936年3月生，1963年10月参加工作，1971年10月加入中国共产党。

保险业务机构地址变更公告

机构名称: 新华人寿保险股份有限公司重庆市梁平支公司
机构负责人: 罗金龙 机构编码: 000019500155
批准日期: 2011年11月02日 邮政编码: 405200
原机构住所: 重庆市梁平区梁山街道人民东路1号1单元8-7至8-13
现机构住所: 重庆市梁平区双桂街道钟文支路36号附5号,6号
联系电话: 023-87421032
业务范围: 经银行保险监督管理机构或其他有行政许可权的机构批准并经上级机构授权办理的业务。
发证日期: 2025年03月12日 发证机关: 国家金融监督管理总局万州监管分局



黔江：千年古镇春意浓

3月19日，樱花掩映下的黔江区濯水古镇风雨廊桥一角。

濯水古镇是一个集土家吊脚楼群落、水运码头、商贸集镇于一体的千年古镇，为第六批中国历史文化名镇和国家5A级景区。春日里，濯水古镇柳绿花红、春意盎然，吸引不少游客前来游玩赏花，感受春的气息。
特约摄影 杨敏/视觉重庆

促进学生身心健康、全面发展 重庆今年将实施学生体质强健等6大行动

■新重庆-重庆日报记者 匡丽娜 李周芳

3月19日，记者从2025年全市学校体育卫生艺术国防教育暨校园足球工作会上获悉，今年，我市将按照“136N”总体思路，实施学生体质强健等6大行动，促进学生身心健康、全面发展。

何为“136N”？市教委相关负责人介绍：“1”即践行健康第一教育理念，促进学生身心健康、全面发展；“3”即提升学生体质健康达标优良率、降低学生心理健康问题发生率、降低儿童青少年近视率3大指标；“6”即实施学生体质强健计划、学校美育浸润行动、学生心理健康促进行动、校园足球提质发展行动、国防教育固本铸魂行动、体卫艺队伍素质提升行动；“N”即擦亮学校体育高质量发展改革试点、“师生健康中国健康”主题健康教育、“五育润心”心理健康教育等品牌。

按照“136N”总体思路，我市学校体卫艺国防教育今年将重点抓好5个方面工作：下好体质强健“先手棋”、走好校园足球“育苗路”、唱好美育浸润“主旋律”、答好卫生健康“民生卷”、上好国防教育“必修课”。

如何拓展校外锻炼？推行“体育家庭作业”

“要确保中小学生的锻炼时长。”该负责人指出，中小学生在每天综合体育活动时间要不低于2小时。

具体来说，鼓励中小学每天开设1节体育课，本科一、二年级学生体育必修课程不少于144学时，专科学学生体育必修课程不少于108学时。严肃查处削减挤占体育课时、搞“阴阳课表”等行为。

体育大课间活动要师生全员参与。在时间安排上，结合重庆气候特点，在5—10月，上午调整到10点以前，下午调整到4点以后。在空间安排上，坚持错峰错时、室内外相结合原则。在内容安排上，小学以游戏、集体活动为主，中学以专项体育活动为主，把部颁操其中的一套作为必选内容，特色自编操、项目比赛作为自选内容。

“各学校要优化课后服务。”该负责人称，各校要结合不同学生体质特点和运动能力，开展分专项、分阶段、分层次的课后体育指导。要拓展校外锻炼，推行实施“体育家庭作业”制度，督促孩子多参加社会体育活动。

市教委相关负责人称，今年，我市将开展青少年足球人才培养改革探索，支持和鼓励有基础有条件的区县先行先试，试点建设足球特色班。同时，试点构建小学、初中、高中“631”升学模式(6所小学、3所初中、1所高中)，打通足球苗子小升初、初升高升学通道。



理论课+体育实践课等相结合的一体化课程体系，培育发展“一校一品”“一校多品”学校体育特色教材体系。

与此同时，我市将探索小班化、走班制、大单元、长短课教学模式，实施差异化教学和个性化指导，保障群体运动密度不低于75%，个体运动密度不低于50%，让学生脸上有笑、身上有汗、眼里有光、肩上有责、脚下有力。

如何开展美育？深化“课程+活动+实践”全链条育人模式

“美育不能局限于课堂，必须延伸到更广阔的实践舞台。”今年，我市将深化美育教学改革，打破“重技能、轻素养”的传统模式，深化“课程+活动+实践”的全链条育人模式。

该负责人表示，今年我市美育将坚持“三个全覆盖”：活动载体全覆盖，健全“班级—年级—校级—区级—市级”五级美育实

践体系，擦亮“艺术活动月”“新春音乐会”“戏曲小梅花”等特色品牌。

资源整合全覆盖，全方位建立“美育实践基地”，多形式开展“高雅艺术进校园”“艺术家校园行”“我们的中国梦—文化进万家”等活动。

文化浸润全覆盖，推进“美育空间营造计划”，让美育元素触手可及、入眼入心。

心理健康课怎么设置？中小学每学期不少于10课时；高校开设必修课

“心理健康、食品安全、近视防控是学校卫生工作的重中之重。”市教委相关负责人称，今年，我市将着力推进心理健康促进工程，按照“4273”（“4”即“四位一体”工作体系；“2”即抓2个重点；“7”即落实“七个一”关爱工作；“3”即擦亮3张品牌）总体思路一体推进。

首先配齐专职心理健康教师，其中，中小学按师生比1:1000配备专职心理健康教师，每校至少配备1名；高校专职心理健康教师配备师生比逐步达到1:3000，且每校至少配备2名。

其次，齐齐开展上好心理健康专题课程，中小学每两周至少安排1课时，每学期不少于10课时；高校要开设心理健康必修课，不低于2个学分。

其三，每学年面向大中小学开展1次心理健康测评，建立“一生一策”动态心理健康档案，建立学生心理健康分级干预工作机制，健全学生心理危机应急处置预案，强化学校、家庭、精神卫生医疗机构信息互通。

此外，我市各大中小学要聚焦孤儿、留守、流动、单亲等重点群体，紧盯开学前后、考试季、毕业季等关键时段，做实做细学生心理健康关爱工作。

据悉，在校园餐方面，我市将深入推进校园食品和膳食经费管理专项整治，以民办学校、中职学校、寄宿制学校、大规模学校、营养改善计划实施学校等五类学校为重点开展专项整治，全力保障广大师生“舌尖上的安全”。