

视频+信控+导航

三举措保障2025西安马拉松

10月15日,西安市公安局交通管理局就10月19日举行的2025西安马拉松召开交通保障工作新闻通报会。

视频巡查 感知更精准

西安公安交管部门依托覆盖赛事沿线及周边区域的公共视频监控网络,建立了“全路段鹰眼+低空”的视频轮巡方案,支队、大队指挥中心进行赛事全程全时段、无死角空中巡查。实时掌握

赛道情况、交通流量,一旦发现异常,指挥中心能第一时间感知、第一时间调度处置,确保赛事动脉畅通,也能实时精准掌控社会面交通流疏导的动态情况。目前西安交警配备了千余辆铁骑,配备

执法记录仪,可实时与指挥中心音视频联动。如遇交通突发情况,可以拨打122,也可以向现场执勤交警求助,交通指挥中心可实时调度街面就近的交警铁骑及时处置。

信号调优 调控更高效

据了解,西安2000余处信号灯实现了智慧网联联控。西安公安交管部门将根据公共视频监控、雷视、地磁等设备反馈的实时数据,结合历年马拉松赛事沿线区域的出行规律及流量状况,分析赛事对周边道路产生的影

响,预测管控期间车辆出行模式。

按照“分层管控、两端封闭、纵向封控、滚动控制”的原则,设置三道防线,信号净空区、管制区和外围控流疏导区,共计对沿线58处信号灯,制定了6套10%~50%的马拉松

交通信号保障专项预案。

这些预案能根据道路实际管控开始与结束的时间灵活调整,在开道车到来之前管控,在收容车通过之后随即解除,把管控时间压降至最短。

与导航平台合作 服务更贴心

西安公安交管部门与高德地图合作,实时发布赛事动态管制与解封信息。市民出行时,若线路与赛事线路交叉,高德地图会依据交警发布的信息规划便捷通行线路;若周边线路解封,还会实时推送新路线,助力群众科学选择出行方式。同时,西安公安交管部门上线

了“马拉松场景出行指南”微信小程序,整合标注赛事路线、起终点及补给点、医疗点、卫生间等关键信息,以数字地图直观呈现。市民扫码即可快速查询,提前规划绕行路线,参赛选手也能制定补给计划,查询医疗点信息。

西安市公安局交管支队指挥中

心指挥调度中队副中队长李一波说:“我们希望通过‘视频巡查精准感知、信号调优动态疏导、导航引导贴心服务’这三重‘锦囊’的合力,实现实时、科学、精准的指挥调度,既护航跑友畅快逐梦,也守护市民便捷出行。”

本报记者 李佳

为跑友健康保驾护航 探访西安唯一马拉松专病门诊

2025 西安马拉松即将鸣枪开跑,跑友的“备战”进入冲刺阶段,西安唯一的马拉松专病门诊也迎来接诊高峰。10月15日,记者走进西安红会医院南院区马拉松门诊,进行了实地探访。

聚焦跑友需求 从赛前筛查到赛后康复

“最近来咨询、就诊的跑友明显多了,每天能接诊二三十位,不少人都是为西马做最后准备。”在马拉松门诊诊室内,运动医学诊疗中心主任医师张亮一边翻看手中的诊单一边向记者介绍。

作为西安首个也是唯一的马拉松专病门诊,其设立源于马拉松运动热度攀升背后的跑友健康需求。“这些年马拉松火了,门诊接诊的膝关节、髌关节损伤的跑友越来越多。”张亮坦言,有平时运动量少、仅靠周末突击训练的上班族,也有盲目追求成绩的爱好者。

和普通门诊相比,马拉松门诊有些不同。记者在现场看到,诊室外的宣传板上贴满了“科学跑马步骤”“运动损伤应急处理”等漫画海报。诊室内医生问诊时,除了询问症状,总会多问几句“平时每周跑量多少”“训练计划怎么安排的”。

“我们的核心不是‘等病来治’,而是‘提前防病’。”张亮解释,门诊组建了多学科团队,以运动医学、康复科、心内科为核心,还整合了急诊科、足踝外科等专业力量,“跑马不只是‘腿的事’,心肺功能、血压等都需盯紧。”

该门诊提供的医疗服务均围绕



马拉松专病门诊提供的医疗服务均围绕跑友需求展开。

跑友需求设计。比如,赛前开展健康筛查,评估心肺功能、骨骼肌肉耐受性,排查高血压、妊娠等“隐形禁忌”,判断跑友是否适合参赛;赛后则由专业康复团队介入,为受伤跑友提供微创治疗与个性化康复方案,助力其重返赛道。

这些“坑” 跑友千万别踩

“马拉松运动中,最常见的就是疲劳性损伤。”张亮拿起一份核磁共振报告,指着影像上的异常区域介绍,长期高强度训练会让肌肉、肌腱不堪重负,严重时还会引发骨裂,“有位30多岁的跑友,平时训练没章法,频繁进行高强度冲刺,检查发现软骨磨损程度快赶上50岁的人了,这和不科学的运动方式有直接关系。”

张亮提醒跑友,一旦出现身体酸

痛、关节红肿、运动受限等信号,千万别硬扛,“哪怕只是来门诊做个简单评估,没事能安心备战,有事也能及时处理。”针对即将开跑的西马,张亮给出建议。赛前最后阶段,核心是调整身体状态和竞技状态,而非追求训练量和速度,“过度加练只会增加损伤风险,影响比赛发挥。”

对于新手跑友,他强调“循序渐进”：“先看平时跑量,能轻松完成半马且身体无不适,是参加全马的基本前提;训练时可以借助可穿戴设备监测心率,一旦出现心悸、呼吸困难等情况,赶紧降低运动量,别硬扛着追求成绩。”

采访最后,张亮说:“希望大家都能科学备战、安全完赛,快乐跑马。”

文/图 本报记者 石喻涵

2025软科中国最好学科排名发布

陕西高校17个学科跻身中国顶尖学科

本报讯(记者 张彦刚)10月15日,高等教育评价专业机构软科发布“2025软科中国最好学科排名”。陕西共有26所高校268个学科上榜。陕西高校拥有中国一流学科75个,其中17个学科跻身中国顶尖学科,9个为冠军学科。

本次软科排名榜单包括98个一级学科和5个专业学位类别,各个学科排名的对象是在该学科设有研究生学位授权点的所有高校,发布的是在该学科排名前50%的高校,全国共有517所高校的5344个学科点上榜。今年新增了水土保持与荒漠化防治学、法医学、智能科学与技术、区域国别学4个一级学科

的排名,首次发布了艺术学门类下音乐、舞蹈、戏剧与影视、戏曲与曲艺、美术与书法5个专业学位类别的排名。陕西在上榜的268个学科中,西安交通大学上榜学科数41个、西北大学30个、西北工业大学29个、陕西师范大学28个。上榜学科数超过10个的学校还有西北农林科技大学、西安电子科技大学、长安大学、西安建筑科技大学、西安理工大学。

在今年新增的专业学位类别榜单中,陕西师范大学共有4个专业学位上榜,西北大学有2个专业学位上榜;西安交通大学、西安美术学院、西安外国语大学、西安音乐学院均有1个专业学位上榜。

为了和当前中国高校在学科建设中對高水平学科的认知口径保持一致,软科将全国前3%(或前2名)作为“中国顶尖学科”的标准,将位列全国前7%(或前3名)和前12%(或前4名)作为“中国一流学科”的标准。从公布情况看,陕西共拥有17个顶尖学科,西安交通大学拥有7个,其中电气工程、动力工程及工程热物理、法医学、核科学与技术4个学科排名全国第一;西安电子科技大学、西北工业大学和西北农林科技大学各拥有3个顶尖学科,其中西安电子科技大学的网络空间安全、信息与通信工程,西北工业大学的材料科学与工程,以及西北农林科技大学的水土保持与荒漠化防治学、植物保护这5个学科位居全国第一。此外,西北大学拥有1个顶尖学科。

9月我国CPI同比下降0.3%

环比上涨0.1%

新华社北京10月15日电(记者 王雨萧)国家统计局15日发布数据显示,9月份,消费市场运行总体平稳,全国居民消费价格指数(CPI)同比下降0.3%,环比上涨0.1%,扣除食品和能源价格的核心CPI同比上涨1.0%,涨幅连续第5个月扩大。

统计数据显示,9月份,食品价格同比下降4.4%,非食品价格上涨0.7%;消费品价格下降0.8%,服务价格上涨0.6%。1至9月平均,CPI比上年同期下降0.1%。

国家统计局城市司首席统计师董莉娟分析,CPI同比下

降,主要是翘尾影响所致。本月CPI-0.3%的同比变动中,翘尾影响约为-0.8个百分点,今年价格变动的新影响约为0.5个百分点。其中,食品价格下降4.4%,降幅比上月扩大0.1个百分点,影响CPI同比下降约0.83个百分点,是影响CPI同比下降的主要因素;能源价格下降2.7%,影响CPI同比下降约0.20个百分点。

扣除食品和能源价格的核心CPI同比上涨1.0%,涨幅连续第5个月扩大,为近19个月以来涨幅首次回到1%。

2026年度“陕西全民健康保”上线

本报讯(记者 文晨)10月15日,2026年度“陕西全民健康保”上线。此次“陕西全民健康保”提供基础款和升级款,其中基础款89元,最高保障200万元,配套11项健康管理服务;升级款169元,最高保障500万元,享有16项健管服务。陕西省基本医保参保人及在陕新市民,不分年龄、不论身体状况,均可自愿参保。

“陕西全民健康保”是陕西省内唯一由政府指导的、可有效衔接基本医保的补充医疗保险,使陕西省多层次医疗保障体系的架构更加完整、功能更加健全。在全省与“陕西全民健康保”平台对接的医疗机构就医,均可实现“出院即赔”,无需跑腿提交材料。

今年的“陕西全民健康保”在过往几年的基础上全面降低了免赔额,并对既往病症以及特药保障清单等出台了多项优化举措。同时针对连续投保并

且没有出险的,或者为三名以上的家人同时投保的家庭团购,升级款可以享受136元/人的优惠价。

符合参保条件的人均可通过“陕西全民健康保”微信公众号、上支付宝搜“陕西全民健康保”等多种渠道便捷投保,也可通过21家共保体保险公司代理人员办理。职工医保参保人可直接使用医保个人账户余额,为本人、配偶、子女及父母参保缴费。此外,续保且未出险可享优惠,一次性为配偶、子女、父母等三名及以上家庭成员投保,同样享受整单优惠。

运行三年来,“陕西全民健康保”取得了良好的社会效益,不仅提升了陕西人民的医疗保障水平,更促进了医疗服务的公平性和可及性。截至9月,“陕西全民健康保”累计赔付超15万人次、累计赔付金额超4.11亿元,单次赔付最高62万元,受益人群覆盖各个年龄层。