

日对中国划设东海识别区说三道四，国防部回应： 若要撤防空识别区请日本先撤

国防部例行记者会 28 日在京举行。国防部新闻发言人杨宇军就中国划设东海防空识别区、军队体制编制改革、航母航行训练等问题回答了记者提问。

日方无权对中国划设东海防空识别区说三道四

有记者问，中国宣布东海防空识别区后，日本官方和媒体宣称这是中方单方面改变现状，是非常危险的行为，中方对此如何评价。

杨宇军说，中国划设东海防空识别区是完全正当、合法的。日方一贯总是指责别人，抹黑别的国家，却从来没有检讨自己的所作所为。

他说，日方不顾中方强烈反对，在去年 9 月宣布所谓“购买钓鱼岛”；日方近年来频繁出动舰机对中方正常航行训练的舰机进行侦察，严重妨碍了航行和飞越自由；日本自卫队军舰此前还强行闯入中国海军在公海事先划定并公布的演习区，干扰中方正常的军事演习；日本还打着各种幌子大力扩充军备，企

图改变二战以后的国际秩序；日本官方还通过媒体不时渲染中国威胁，公然制造对抗。

“那么是谁在单方面改变现状？又是谁在激化地区紧张局势？是谁在不断激化矛盾？又是谁在破坏地区安全？”杨宇军说，“我想，国际社会自有公论。”

针对日本媒体报道称日本领导人表示日方会和美政府和国际社会一道要求中方撤回东海防空识别区一事，杨宇军表示，日本早在 1969 年就设立并公布实施了防空识别区，日方根本无权对中国设立东海防空识别区说三道四。

“如果说要撤回的话，那么我们就请日方先撤回自己的防空识别区，中方可以在 44 年以后再作考虑。”杨宇军说。

在回答记者有关日本官方今天宣布日自卫队飞机在没有向中方通报的情况下飞入了中国东海防空识别区的问题时，杨宇军表示，中方对进入东海防空识别区的各国航空器都及时进行了识别，对有关航空器的情况是全面掌握的。

设立防空识别区并未扩大领空

杨宇军说，防空识别区不是领空，更不是所谓的“禁飞区”，而是在一国领空之外所划定的空域范围，以便留出预警时间，保卫国家空防安全。因此，设立防空识别区并不意味着领空范围的扩大，但是可以更加有效地保卫国家的领空安全。

“依据国际法和国际惯例，外国航空器可以进入另一国防空识别区，同时，防空识别区划设国也有权对他国航空器进行识别，判明其意图和属性，并且根据不同情况和所面临的威胁程度作出相应反应。”杨宇军说。

国际航班在东海防空识别区的正常飞行不受影响

有记者问，如果外国民航飞机没有经过允许而进入到中国东海防空识别区，军方将采取何种措施。

杨宇军回答说，《中华人民共和

国东海防空识别区航空器识别规则公告》已经对位于有关空域航空器的识别做出了明确规定，这是符合国际惯例的。

他强调：中方一贯尊重各国根据国际法享有的飞越自由，东海防空识别区的设立并不改变有关空域的法律性质。国际航班在东海防空识别区内的正常飞行活动，不会受到任何影响。

“辽宁舰”穿越台湾海峡是正常训练安排

有记者问“辽宁舰”为何选择穿越台湾海峡，杨宇军回答说，“辽宁舰”编队此次航行和训练活动是根据计划作出的正常安排，前往的海域和具体所要演练的科目，是根据科研试验和军事训练需要所确定的。

“辽宁舰”编队的航行和训练不针对任何国家和地区，也和当前地区局势没有关系。希望各方不要作出过度解读。”杨宇军说。

据新华社

教育部首批核准 6 所高校章程 证实人大招生处长被查

教育部近日首批核准了中国人民大学、东南大学、东华大学、上海外国语大学、武汉理工大学和华中师范大学等 6 所高校的章程。

教育部政策法规司司长孙霄兵 28 日在“教育部高等学校章程建设情况新闻发布会”上表示，制定、核准高等学校章程是落实党的十八届三中全会要求，深化高等教育管理体制改革的重大举措，是推动高等学校内涵式发展的重要步骤。章程不是一纸空文，如果不按章程办事，会有各种纠错机制。

会上，教育部新闻发言人续梅在回答记者关于“中国人民大学原招生处长蔡荣生接受调查”的提问说：“人民大学的蔡荣生确实正在接受调查。教育部对高校反腐高度重视、态度坚决、旗帜鲜明。也要求中国人民大学配合有关部门认真进行核查。如果确实有问题，依法依规查处。”

27 日晚，中国人民大学新闻中心负责人证实，招生就业处处长蔡荣生上周接受纪检部门调查。这位负责人未透露蔡荣生接受调查的具体原因。

据新华社

法院裁判文书 明年起上网“亮相”接受监督

最高人民法院 28 日在深圳召开新闻发布会，发布了《关于人民法院在互联网公布裁判文书的规定》，要求从明年 1 月 1 日起，符合条件的法院生效裁判文书应当在互联网全面公布。最高法院新闻发言人孙军工表示，这将有助于满足公众对司法的知情权，接受公众对司法的监督。

据了解，最高法院在 2010 年发布了《关于人民法院在互联网公布裁判文书的规定》。同 2010 年相比，此次发布的规定不仅将符合条件的裁判文书上网要求由“可以”改为“应当”，将生效裁判文书“上网审批”改为“不上网审批”，更强调当事人实名

公开，规定了上网文书原则上不得修改、更换和撤回。同时明确了中国裁判文书网作为各级人民法院文书上网的统一平台。新规定于 2014 年 1 月 1 日实施后，2010 年的规定将同时废止。

“裁判文书上网可以规范和限制法官的自由裁量权，抵制各种不当的干预。”最高法院司改办主任贺小荣说，一个案子怎么判决，当事人的诉请是什么、证据是什么、法官如何来认定等等都应当呈现出来。裁量权公开了，就可以接受全社会的监督，使得不当干预没有入手途径。

据新华社

■ 相关新闻

四项举措解决重复上访越级上访

国家信访局副局长李皋 28 日在国新办举行的新闻发布会上告诉记者时表示，重复上访、越级上访在很大程度上是因为及时就地解决问题不够所产生的，所以及时就地解决群众的合理诉求是信访工作的出发点和着力点。

李皋认为，解决重复上访、越级上访问题关键要抓好四个方面工作：

- 重视群众第一次来访和第一次来信的处理，尽可能把信访问题解决在当地，解决在第一时间。
- 市、县两级要普遍建立责任

部门联合接待群众的方式，减少群众在不同部门之间的来回奔波。一个部门的事情一个部门解决，两个部门的问题协商解决，多个部门的问题协调解决。

——抓好以市、县为重点的领导干部接访下访工作，有针对性地解决当地存在的信访突出问题，同时在这个过程中了解群众的所思所愿，从源头上减少问题的发生。

——加强督促检查。要分析评估各地维护群众权益的实际成效，推动责任落实，促进问题解决。 新华社

涉嫌严重违纪 国家信访局副局长 许杰被免职

据中央组织部有关负责人证实，国家信访局副局长、党组成员许杰涉嫌严重违纪，中央组织部已决定免去其领导职务，现正在按程序办理。

许杰，1955 年 3 月出生，2005 年 6 月任国家信访局党组成员、副局长。 据新华网

二院专家门诊

市二院老年科电话：
80822330

袁叶主任：
13815178089

冬季进补

市民方女士问：冬季到了，有没有什么食物是适合冬天吃的呢？

市二院老年科主任袁叶答：冬季来临，气温不断下降，寒冷对大多数人来说感觉不舒服，影响工作和生活。人们的食品中有些具有抗寒作用，食用这些食物后，能增强体质，抵御寒冷的刺激。

植物类有：韭菜 韭菜含有较高的维生素 A、B、C 和钙、磷、铁等营养物质。甘而补中，可助阳暖下，补中通经。体寒气虚，腰酸腿冷者食之较理想。

板栗 其含糖量高，还含不少脂肪酶，有很好的御寒作用。可选 10—20 个与米煮粥食用，能增强机体热量，适宜肾寒、肾虚、腰膝乏力者。

另还有生姜、大蒜、大葱、大椒、胡萝卜、

胡桃肉、咖啡等均有抗寒冷的效果。

动物类有：大家都熟悉的羊肉、狗肉、牛肉。羊肉含高蛋白，且低脂肪，其味甘温，热量较高，冬季常食有益气补虚，开肾健脾，利肾助肺，对虚寒体质之人尤佳。狗肉其性温，能安五脏、暖腰膝、壮肾阳益脾胃，其产热量高，对腰痛、脚冷体虚者有良好的防寒保暖作用。

冬季推荐一种进补方法，选用既是药物又是食物的黑芝麻、胡桃肉。具体操作为方法：选黑芝麻 1 斤，洗净，晒干，炒熟，磨粉备用。胡桃肉 1 斤，洗净，晒干，炒香磨碎，加入黑芝麻粉和适量蜂蜜，搅拌均匀，即可食用。每晚 2 匙。

适用于：早衰、乏力、皮肤粗糙、便秘、干咳等。

芝麻营养丰富。冬季经常洗澡也会洗去皮肤表面的油脂，加重干燥。因芝麻富含维生素 E，能促进人体对维生素 A 的利用，与维生素 C 起协同作用，对皮肤中的胶原纤维和弹性纤维有滋润作用，从而促进皮肤内的血液循环，使皮肤变得光泽与柔嫩。

胡桃肉性温，味甘。补肺止咳，补肾固精，润肠通便。适宜肾虚喘咳，遗精阳痿，腰痛脚损，小便频数，大便燥结之人服食。

黑芝麻与胡桃肉长期同食加强了抗衰老、益气血、补肝肾、强筋骨、助肺脾的作用。因其简单易行，服用方便，不失为冬令进补的好方法。使用注意事项：大便稀溏者勿用。

肺栓塞 —— 一个并非罕见的疾病

长时间坐在电脑前工作、上网、打游戏、打牌，不仅会患颈椎病、肩周炎、眼疾等疾病，也会引起下肢静脉血栓导致肺栓塞。

过去，肺栓塞被认为是少见病。但近年来发现，在威胁人类生命的疾病中，肺栓塞已经成为继肿瘤和心血管疾病之后，位居第三位的致死性病变，但它也是一个可以预防的疾病。目前公认肺栓塞和深静脉血栓形成，是静脉血栓栓塞症在不同部位和不同阶段的两种重要临床表现形式。所以，要想预防肺栓塞，首先要生活中积极预防深静脉血栓形成，尤其是易并发深静脉血栓的高危人群。

高危人群的范围

急性腹部或胸部的大型手术后及髋或膝关节置换术后，有髋部骨折、严重创伤和急性脊柱损伤等患者、长期操作电脑者、长时间坐着打牌和乘坐飞机、汽车或火车时间超过 6 个小时者、长期卧床及孕产妇、40 岁以上肥胖或有血脂异常患者、恶性肿瘤、心梗及心功能不全患者、口服避孕药妇女、患有肾病综合征的儿童、血液病患者、先天缺乏某种抗凝因子的易栓症患者和某些使用抗凝、抗纤溶、抗血小板等多种血液类药物以及化疗药物的患者。

怎样早期预防

对高危人群来说，改变生活方式很重要，如戒烟、适当运动、控制体重、保持心情舒畅。饮食方面应注意减少胆固醇的摄入，多吃蔬菜水果，适量饮茶。乘飞机、车船长途旅行时，要多饮水，一方面可

三院健康专栏

江苏大学附属镇江三院
内科 彭如冰

稀释血液，另一方面还可借上厕所之机多活动下肢。下肢外伤或长期卧床时，要注意按摩下肢，防止血栓形成。

孕产妇要保持一定的运动量。

久坐办公室工作的人，一段时间后要活动一下肢体。

对于长期服用避孕药的妇女，应注意服药时间不宜超过 5 年，40 岁以上则不宜采用药物避孕。

曾有静脉血栓栓塞史的人(腿疼、下肢无力、压痛、皮肤发绀及皮下静脉曲张、双下肢出现不对称肿胀)，要定期接受检查。

发现先兆症状，及时就诊，减少病死率

肺栓塞属于一种常见突发疾病，来势凶险，可以在很短的时间夺去患者的生命。如果出现不明原因的胸闷、气喘、咯血，或突发晕厥等先兆时，及时去医院就诊，就能为治疗争取时间，减少肺栓塞的致死率。