



追梦“起点”拼抢忙 经济复苏活力足

——上海多个注册大厅蹲点记

“特地来现场选个有寓意的好名字”“帮园区企业来办落户，已经落户50多家了”……各类注册大厅，是不少企业、个人追逐创新梦想、驶向全球市场的“起点”。

春江水暖鸭先知。2023年开年至今，记者多次走进上海市市场监管局、上海市知识产权局、上海市药品监督管理局等部门的注册大厅，在一线感知经济复苏的活力。

起步拼：今年来新设民企超4万户

“我1月新拿的执照，现在已经选定了大约2000平方米的实验室，用于新药研发，实验室还要再办证吗？”3月13日，上海艾科赛药业办公室主任陈磊走进市监局的政务服务大厅，咨询办照事宜。

得知研发机构可以享受“一照多址”服务，暂时无需再办其他手续后，陈磊松了一口气。在好友的“游说”下，已经51岁的他今年初选择“再创业”，看了六七十个园区，才挑到中意的研发地，下一步就是设计、装修、招人。“创始人手上攒了不少专利，此前在国外也有创业经验，这几年生物领域的各类新技术层出不穷，现在就是起步的最好契机。”陈磊说。

像陈磊这样选择2023年起步的不少，一家基金公司核名通过后迫不及待过来办照，1.36亿元投资聚焦集成电路、新能源等“新赛道”；奉贤区南桥镇良渚江海生态商务区，2个月落户了50多家企业，园区工作人员张旭这次来大厅，就是为一家新设企业核名。

“新设在我们园区的企业大多集中在大健康、数字科技等新兴领域。我们是坐落在村里的美丽园区，现在把企业‘招’到村里去，让它们享受补贴，还能收获花园式办公环境，农民空置地基地流转改造后还能收获租金补贴。”张旭说。

今年1月至2月，上海民营企业新设户数4.7万户，同比增长8%，占新设企业总数的95%。其中，消费、物流和科创等

相关领域均有两位数增长。为了解决企业办事的“疑难杂症”，上海杨浦、宝山等区还设立了“办不成事”窗口，为企业提供“兜底服务”，把办不成的事办成。

出海忙：国际专利申请火热

“创新是引领发展的第一动力，保护知识产权就是保护创新”，走进上海市知识产权局行政服务中心的办事大厅，业务受理窗口内的一行红色标语非常醒目，在这里，企业的“知产”不断转化为“资产”。

3月9日一早，上海专利商标事务流程管理部部长刘吟风就来到办事大厅，为其代理的企业领取保密审查通知书。随着这份通知书被交到刘吟风手上，该企业的自主知识产权正式开启海外之旅，“企业放眼全球市场，积极布局专利，体现了上海科技创新的全球影响力。”刘吟风说，国内申请人比例正不断提升，已占办量的七成。

科技型企业的“常客”，专利质押业务窗口不断让金融助力企业走出去。银行工作人员郭女士拿着申请书，替一家小微企业办理专利质押。“14个专利，大约能获批几百万元，这对于轻资产的科创企业开拓全球市场是很好的助力。”郭女士说。

为了更好地建设国际知识产权保护高地，2021年上海决定将知识产权局“升格”并独立设置。“不少企业从这里出发，进驻欧美和日韩市场。”上海市知识产权局知识产权办处处长徐立鹤说，PCT国际专利申请量中国已连续四年全球居首。“今年1月份，上海市PCT国际专利申请量338件，数据还在不断回暖。申请这一专利的‘大户’集聚在人工智能、集成电路和生物医药三大先导产业中，也侧面印证越来越多科创企业走向海外。”

创新热：药械初审量同比增长近1倍

3月10日一早，上海市药监局行政

服务大厅刚一开门，那相欣就和同事抱着两大摞材料冲进来。“早点来就能早点办业务，晚一点就怕要排队很久了。”那相欣介绍，他们此次要申请注册的下肢康复训练系统医疗器械是在2021年研发完成的。“去年11月我们正着手准备产品的申请注册材料，正巧赶上上海市医疗器械注册电子申报系统上线，可以第一时间吃上新政策的红利。”相比以前的申报流程，如今仅在材料准备环节就可以节约至少1个月的时间。

为了让企业能更快上马，上海市医疗器械化妆品审评核查中心还推出了线上线下的培训课程。线下培训会的火爆出乎那相欣的意料，“容纳500人的会场座无虚席，甚至连进入会场都是排着队，人挤人”。

当天上午刚开门，所有办事窗口就被前来办理业务的企业人员坐满，一转眼又来了近10家企业，依托“一网通办”平台送来的办证包裹一天也有30多件。据上海市药监局统计，今年1月至2月，药品、医疗器械、化妆品现场咨询接待量同比增长25%；一季度，上海的三类医疗器械创新产品初审较去年同期增长近1倍。

“目前我们已在上海建立了12个药品和医疗器械注册的指导服务站，更早发现创新的企业和医药项目。”上海市药监局党组书记、局长徐傑说，“加速审批不代表降低门槛，而是将服务关卡前移，防止企业走弯路，加速生物医药领域创新成果的转化。”

小店暖：创新机制为“小修小补”纾困

3月3日，松江区中山幸福里社区的维修师傅张辉拿到了自己的个体工商户营业执照，从事小家电维修已近40年的

他，终于有了“集体户口”。和别人走进注册大厅不同的是，考虑到他腿脚不方便，工作人员将营业执照送上了门。

小本薄利生意，店面租金是道坎。“修一单豆浆机、电饭锅，也就收个5块10块，租门面动辄月租过万，根本付不起。”张师傅说，老街坊维修需要比较多，过去他都是接到订单了，就上门服务“打游击”，不仅风里雨里都得出摊，有一茬没一茬也是生意的常态。

如今走入中山幸福里的个体工商户便民服务区，配钥匙、修鞋、缝补、日用产品维修和生活息息相关的各类服务，都能集中提供，“漂泊在外”的商户找到了“根据地”，“流动工匠”们成为“正规军”。“社区主动过来和我谈，可以集中登记，我只需要提供身份证和签名就能办。”张师傅说，自己的联系方式已经上墙展示，老街坊们打个电话，就能得到服务。“现在相当于零成本，一个月大概能赚四五百元。”在便利性的吸引下，隔壁菜场已经退休的夏师傅、当了十几年裁缝的金师傅，都在这里集中“落脚”。

“小方块”也能迸发“大能量”，形态各异、兼具活力和韧性的小店，不断助推我国经济社会高质量发展。上海市市场监管局数据显示，今年1月至2月，居民服务修理等服务业的个体工商户新设1646户，同比增长19%。

从1.0版升级到6.0版的优化营商环境“上海方案”出炉，用“一份报告”代替“一摞证明”等探索提速……伴随着经济活力复苏，各类经营主体也在用“踏出第一步”的行动，为经济高质量发展提供源源不断的内生动力。

新华社记者 周琳 程思琪 袁全



吉林筑牢“三链” 带动乡村产业升级

春分时节，吉林乡村一派繁忙景象，农民搭建棚膜、育苗，为果蔬生产作准备；粮食加工企业机器轰鸣赶订单；养殖户将牛粪还田实现种养循环……

吉林是农业大省，我国重要的商品粮基地。近年来，从拉升粮食产业链，到提质特色农业产业链，壮大种养循环产业链，吉林着力做强“三链”促进三产融合，推动乡村产业高质量发展。

拉升粮食产业链

泡豆、磨浆、煮浆……在全国产粮大县农安县，吉林省烧锅豆制品有限公司生产车间里豆香浓浓。

这家大豆加工企业每年生产豆制品2万余吨，不少原料来自周边豆农。“与农户合作，建立大豆种植基地，形成种植、加工、品牌销售于一体的产业链条。”企业负责人杜云飞说。

现在，长春农安经济开发区聚集着几十家农产品加工企业，年产值达30亿元。

吉林省年产量超800亿斤，域内榆树、梨树等地都是全国产粮大县。吉林依托龙头企业做大粮食产业链，提升种粮效益。

正值粮食加工旺季，在德惠市的松江佰顺米业有限公司，工人在操作台上将大米装袋。智能机械臂将大袋包装的大米从流水线上卸下摆放整齐，等待发运。“每天加工800吨，销往南方各大商超。”公司副总经理李少东说。

去年，这家企业与当地稻农签订3.5万亩水稻订单，种植绿色、有机的高品质水稻，实现大米优质优价。从单纯收购水稻加工销售，到现在与农民签订订单实现合作经营，这家企业与稻农建立了产业化联合体。“和稻农抱团发展，每公顷稻田比过去增收1000多元。”李少东说。

依托粮食生产优势和产业扶持政策，吉林省一批农业产业化龙头企业带动农户从卖原粮向卖产品转变。目前，吉林省重点农业产业化龙头企业达600余户，省级示范农业产业化联合体100户以上，带动上百万户农民增收。

提质特色农业产业链

梨树的蔬菜、德惠的香瓜、农安的“三辣”……在很多地区，吉林多地的瓜果蔬菜逐渐成为知名产地农产品。春耕时节，长春市九台区上河湾镇的农民正在大棚里旋耕土地、铺设滴灌带、搭建棚膜，为棚膜蔬菜种植作准备。

这两年，当地建立农业产业园，上河湾村成立农民专业合作社，建设100多栋大棚。村民采取统一种植标准，

与企业合作建立稳定销路。上河湾村党支部书记董旭伟说，农户一栋大棚年收入达五六万元。

德惠市布海镇布海村附近公路的地头上新建了一座座卖瓜的木屋，每栋木屋上写着编号。“我们统一销售品牌。每家销售的香瓜都有自己的编号，一看就知道是谁家的瓜。”布海村香瓜大户郭传义说。

去年，布海镇注册了“布海瓜菜”区域公用品牌，还在布海村新建了大型交易市场，果蔬摊位、停车位、餐饮和住宿场所一应俱全。布海镇副镇长于鑫说，今年还要继续建设交易市场和冷藏库，为农户卖菜提供便利。通过政策支持，布海镇果蔬年产量超5亿元。

从现代产业园区到交易市场，从村企合作到统一地理标识，吉林的果蔬等特色农业产业不断壮大。

壮大种养循环产业链

在公主岭市玻璃镇子镇玻璃城子村，一个占地100多公顷的肉牛养殖场正在施工。部分已使用的牛舍中正饲养着2000余头肉牛。“配套饲料、粪肥加工、屠宰项目，未来实现年出栏1.5万头，产值上亿元。”养殖场副总经理陈伟说。

自2021年实施“千万头肉牛”工程以来，吉林省不断壮大种养循环产业链，让肉牛产业成为带动乡村振兴发展的产业。

农安县秸秆资源丰富。养殖户田国林养殖近百头肉牛，每头牛利润达四五千元。他把家里10公顷地的玉米秸秆全都用于养牛，再把牛粪还田肥沃土壤，实现种养循环发展。

农安县巴吉镇还启动改良盐碱地计划，将各村堆积的牛粪统一运到盐碱地地块改良土壤。去年以来，吉林省利用财政资金累计实施畜禽粪污资源化利用项目22个，在9个县开展散养密集村粪污资源化利用试点，全省畜禽粪污综合利用率达94.93%。

随着种养循环产业链的建立，吉林省通过重大项目驱动、龙头企业带动和产业园区拉动，使公主岭市肉牛良种繁育产业园区、榆树市高端肉牛产业园区等一批重大项目落户。

目前，吉林省启动中、东、西三大肉牛产业集群建设，已培育千头以上肉牛产业化大项目209个，比工程实施前新增175个。2022年，吉林省肉牛产业集群全产业链产值达2000亿元。

新华社记者 薛欣峰 魏豪

乡村振兴

河北邢台：“智慧元素”让企业生产更高效

智能车搬运、机器人组装、数据互联“诊断”……记者日前在河北省邢台市部分企业走访发现，越来越多的“智慧元素”被用于生产。得益于数字化、智能化改造赋能，传统产业整体实力、质量效益以及创新力、竞争力、抗风险能力都得到显著提升。

在河北冀中新材料有限公司玻璃纤维生产车间，一台台智能无人车来回穿梭，转运生产材料。“这是AGV搬运车，可以把整条玻璃纤维从卷曲车间运输到烘干炉前，然后按照指令放入固定的烘干炉。”公司副总工程师陈发东告诉记者。

近年来，河北冀中新材料有限公司加快推进玻璃纤维新材料产业链高端

化，2019年投资新建了两条生产线，围绕集中控制、数据自动采集、岗位无人值守、自动装备带动生产系统和岗位工序双优化，打造了智能化生产体系。

“传统包装生产线一般需要用工40人，而自动化生产线是19人，同时，自动化生产线可以避免人工用力不均等情况，有效提高了产品质量。”陈发东说。

走进晶澳（邢台）太阳能有限公司组件车间，机器人在生产线上进行着各种操作，薄薄的电池片在高速自动焊机完成焊接。除了自动化生产外，数据互联和大数据分析，让整个设备系统的运转更加高效稳定。

“我们将信息记录系统和自主开发的设备数据采集系统进行互联，并依托大

数据对设备稳定性进行监测和分析，根据结果有针对性地优化程序，助力产品质量提升。”公司设备部经理李志远说。

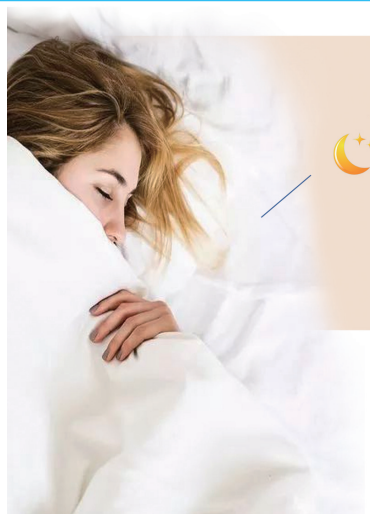
在邢台市平乡县河北科顺电子科技有限公司生产车间里，技术人员正在屏幕前调整生产参数。接到指令后，全自动生产线上机械手快速响应，生产出一个个数控制器。据介绍，该公司引进全自动生产线后，生产效率由之前的每天100台（套），提升到了每小时150台（套）。这家公司计划再引进5条生产线，以满足平乡童车产业对数控制器的需求。

随着企业对智能化生产的需求加大，智能设备生产企业和数字化服务商也迎来了“风口”。

河北创力机电科技有限公司是一

关注睡眠障碍 提倡科学睡眠

——大同市第六人民医院睡眠医学科专家一席谈



每年的3月21日是世界睡眠日，充足的睡眠、均衡的饮食和适当的运动在如今已经是世界公认的三项健康标准，设立世界睡眠日就是引起人们对睡眠重要性和睡眠质量的关注。今年世界睡眠日的中国主题是“良好睡眠，健康之源”。

大同市第六人民医院睡眠医学科专家说：“人生的三分之一用于工作，三分之一用于睡眠，另外三分之一用于吃饭其他活动等”。一个优质的睡眠会给我们的社会功能以及心理和身心健康保驾护航。

睡眠障碍影响身体健康

失眠是指经常不能获得正常的睡眠。经常不能获得正常睡眠的人群包括：(1)老年人由于脏腑机能的下降，睡眠生理机制也会衰老从而影响到正常睡眠；老年人自身躯体疾病较多，这些疾病就容易伴发失眠，比如心脑血管疾病、糖尿病等。(2)久病体虚人群容易耗伤人体气血导致气虚不足，心神失于气血濡养而影响正常睡眠；或者久病体质虚弱，耗伤人体阴血导致阴液不足，虚热内生，虚热内扰心神而影响正常睡眠。(3)患有精神心理方面疾病人群比如焦虑症、抑郁症等，由于此类人群容易出现精神过度紧张或者是情绪不稳定，心理压力过大等从而影响到正常的睡眠。(4)饮食生活不规律人群比如过度劳累熬夜、暴饮暴食等，容易导致气虚不足，心神失于濡养或胃气失于和降而影响正常睡眠。

医学研究表明，偶尔失眠会造成第二天疲倦和动作不协调，长期失眠则会带来注意力不能集中、记忆出现障碍和工作学习效率下降等后果。各种睡眠障碍日益成为一个突

出的公共卫生问题，严重影响人们的生活质量。与失眠有关的疾病达200多种，睡眠障碍是导致身心疾病的重要因素。常见的分类有人睡困难、容易早醒、睡眠质量变差、失眠多梦、梦游症、不宁腿综合征、全身不适等表现。失眠与躯体疾病也有密不可分的关系，如(1)内分泌失调：会导致体内雄激素增多，油脂分泌旺盛，从而出现痤疮、色斑等，还容易导致肥胖；(2)植物神经紊乱：引起患者出现记忆力下降、头晕、胸闷、心慌、腹痛、腹泻、呕吐，女性患者容易月经不调，男性患者容易出现遗精、阳痿等症状；(3)降低免疫力：患者免疫力变差，容易出现感冒或其他感染性疾病；(4)神经系统受损：长期失眠使脑部循环减少，脑缺血、缺氧会导致脑神经受损，患者注意力不能集中、精神状态不佳，出现昏昏沉沉、萎靡不振的情况；(5)加重基础疾病：有高血压的患者血压不易控制，另外容易诱发冠心病心绞痛发作。

睡眠障碍影响精神与情绪

大同市第六人民医院睡眠医学科专家告诉我们，失眠和焦虑抑郁存在密切的关系，长期失眠得不到科学合理的干预就容易导致心理障碍。睡眠不足容易出现疲惫、焦虑、沮丧、迷茫的情绪。在现代生活，睡眠时间几乎已经成为了稀有物质。对于考试面临压力的学生，高压繁忙的上班族，尤其是有倒夜班工作性质，老年人群和有基础性疾病的的人群的日常来说，睡眠更是缺乏。日益丰富的物质生活和快节奏带来的压力也是真正的“罪魁祸首”。

新型冠状病毒、甲流感染后患者可能出现焦虑、精神紧张、失眠等症状，尤其是老年人体质较弱，免疫系统衰退，抵抗力较弱，病毒侵犯了系统，从而导致神经功能失调而引发失眠。相关数据表明，约70%以上的抑郁患者伴有失眠症状。失眠伴焦虑的患者占20%~30%。失眠与焦虑和抑郁互为因果，互相影响。

如何科学合理的改善睡眠

市六医院睡眠医学科专家说：

1. 规律生活尽量每天同一时刻起床，包括休息日，有助于建立“生物钟”，建议6:30前起床，23:30前入睡。
2. 减少白天休息时间，午休最好不要超过1小时。
3. 增加有氧活动如做操、跳舞、打太极拳、练瑜伽等，有助于减轻入睡困难、加深睡眠，但睡前两小时不要剧烈运动。
4. 控制视屏时间减少看电视、电脑、手机等屏幕的时间。
5. 控制饮食不要空腹或饱腹上床，避免摄入过多的咖啡因饮料，比如茶、咖啡、巧克力，尽量戒烟限酒。
6. 营造舒适睡前环境：睡前可洗个热水澡或热水泡脚；穿宽松睡衣；枕头高低、软硬合适，被子薄厚适当；关灯、关好门窗，拉上窗帘，营造安静、舒适的睡眠环境。
7. 有睡意后再上床，不要过早躺在床上酝酿睡意。
8. 控制夜尿次数，睡前两小时避免进食及大量饮水，以免频繁起夜。
9. 不赖床，过多赖床会导致睡眠片段化和浅睡眠。

长期失眠不利于身体健康。如果经过上述调节，仍存在失眠问题，建议到六医院睡眠医学科就诊，针对您的失眠特点，给与专业的检测分析原因。通过综上所述，大同市第六人民医院睡眠医学科面向全社会失眠人群开展了多导睡眠监测简称PSG，夜间到睡眠监测室来进行一种医学研究的技术，主要是通过安装脑电、心电、胸腹带、肌电、下颌肌电、眼电

等一系列的电极来采集和记录患者一系列生物电信号，一般监测时间至少7小时，通过这一系列的生物信号形成的图形进行判读分析，最后形成报告的技术。

多导睡眠监测是用于诊断睡眠疾病的重要检查，可以检测出是真的失眠，还是因为其它众多原因导致的失眠。多导睡眠监测的诞生和应用，对失眠的治疗有了新的用药理念，经济性、依存性、合理性都得到了长足的提升。比如呼噜引起的憋醒，造成了患者误认为自己失眠；还可以记录有没有呼吸暂停的情况；是人睡困难，还是中间觉醒次数增多；是早晨容易早醒还是醒来后再次入睡困难，再次入睡需要多长时间等都有了准确的时间记录。或者也可以用来分析病人白天打瞌睡是不是因为在睡眠阶段出现了异常；也可以分析病人在睡眠中出现拳打脚踢的异常行为到底是什么状况。在明确的分析原因得出后，就可以准确的指导用药了。针对入睡困难可以加以引导睡眠的药物，容易醒来可以选用维持睡眠的药物。根据监测长、短半衰期睡眠药物有了选择依据。

睡眠中多梦、多动或者打鼾都可以找到对应的精准措施来调整和缓解，从而达到高效优质的睡眠。

