

# 呼吸道疾病防治五大关切 权威回应来了

新华社记者 李恒 顾天成

随着春节脚步的临近，人群流动和聚集性活动增多，呼吸道疾病感染风险加大。不同类型呼吸道疾病怎么治？患者出现反复咳嗽怎么办？重点人群需关注哪些防治事项？国家卫生健康委25日召开新闻发布会，回应当前呼吸道疾病热点关切。

## 新冠病毒JN.1致病力如何？无明显变化

“新冠病毒JN.1变异株在我国本土占比持续上升，临床表现基本为无症状和轻型。”中国疾控中心传染病管理处呼吸道传染病室主任彭质斌表示，JN.1变异株与EG.5变异株引起的疾病严重程度相比并无明显变化。预计在春节假期前后，受人群大规模流动等多种因素影响，新冠疫情可能会出现一定程度的回升。

监测数据显示，目前我国流感活动已呈现下降趋势，当前急性呼吸道疾病仍以流感为主。其中，乙型流感占比近期升高，导致流感疫情出现小幅波动。专家研判认为，今年冬春季我国将继续呈现多种呼吸道疾病交替流行或共同流行态势。

国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长米锋表示，将持续加强监测预警，加强养老托幼机构、社会福利机构等

重点机构疫情防控，关注“一老一小”重点人群，强化日常健康监测，落实各项防控措施。

## 不同类型呼吸道疾病怎么治？抗病毒治疗+对症治疗

“对新冠和流感这类急性呼吸道传染性来说，预防的主要手段是接种疫苗。”北京医院呼吸与危重症医学科主任李燕明在发布会上介绍，治疗措施主要包括抗病毒治疗和对症治疗。

专家介绍，在抗病毒治疗方面，针对流感和新冠，均有抗病毒药物，这些药物能缓解患者的症状，降低病毒负荷。对症治疗主要包括退烧药或缓解患者咳嗽、鼻塞、流涕的药物。

李燕明特别提醒，哮喘是常见的呼吸道慢病，主要症状包括反复咳嗽、呼吸困难、胸闷等。对于哮喘患者来说，如果罹患流感、新冠等，要注意自己哮喘症状的变化，若症状加重，需及时就医，调整哮喘用药。

## 反复咳嗽怎么办？先明确病因

“咳嗽是最常见的症状之一，可能由多种原因造成。若出现反复咳嗽，建议去医院进行诊治。”李燕明说，根据咳嗽持

续时间分类，可以分为急性、亚急性和慢性咳嗽。

专家介绍，急性咳嗽一般持续三周以内，急性呼吸道感染性疾病是其最主要原因；亚急性咳嗽持续时间为三到八周，通常由感染后咳嗽引起；慢性咳嗽持续时间超过八周，可由各种原因引起，包括哮喘、慢阻肺、反流性食管炎等，一些药物也可能引起咳嗽。

李燕明表示，若出现咳嗽症状，在日常护理时，要注意天气变化，及时增减衣物；冬季室内一般较为干燥，要保持室内湿度。建议咳嗽患者外出时佩戴口罩，减少冷空气对气道的影响。咳嗽期间，不建议食用辛辣或油腻食物。

## 患基础疾病人群注意哪些？增强免疫力、做好基础防护

冬季是心血管病和呼吸道疾病的高发季节。江苏省中医院主任中医师朱佳介绍，心血管疾病患者更易出现血液黏稠度增加，血液循环减慢，出现血栓。中国医学科学院阜外医院主任医师熊长明则表示，心血管病患者一旦感染了呼吸道疾病，可能会加重病情。

专家表示，有高血压、冠心病等疾病的患者，往往体质和抵抗力较差，容易患呼吸道疾病。这些病人在冬季应加强心

血管疾病控制，将各项指标控制在合适范围。

与此同时，积极接种疫苗，做好个人防护和保暖工作，多休息、避免过度疲劳，保持健康饮食，注意手卫生，勤洗手，少去人群密集的地方，必要时佩戴口罩。

## 哪些症状提示孩子有可能是肺炎？出现这些症状尽快送医

孩子感染了呼吸道病原体后，家长十分担心孩子会发展成肺炎。对此，北京儿童医院主任医师王荃表示，孩子发生呼吸道感染后，可能会发展为肺炎，尤其是低龄儿童的发生率更高。

持续高热或发热时间超过3天；咳嗽频繁或明显加重，伴有痰量增加或痰色改变；部分年长儿童主诉胸闷、胸痛、憋气等不适；精神倦怠或萎靡，低龄儿童表现出烦躁、哭闹、难以安抚……王荃介绍，如果孩子出现这些情况时，应警惕肺炎的可能，尽快送医。

专家特别提示，婴儿尤其是三个月以下的小婴儿，罹患肺炎时，症状和体征常常不典型，可能并没有明显的发热和咳嗽，仅仅表现为呼吸急促、吃奶呛奶、吃奶费力或频繁吐奶，有的时候可能会出现喘息发憋、脸色不好等症状。出现以上症状和体征时，应尽快带孩子就诊。

品，引导他们勤奋学习，培养家国情怀，树立远大理想。“感谢社区组织的这次活动，不仅与孩子共度了温馨的时光，还提高了我们的防范意识和能力，使孩子更加健康快乐地成长。”关一社区孩子家长张女士说。

“把爱带回家”寒假儿童关爱服务不仅是一次单纯的公益活动，更是宁陕县城关镇妇联日常工作的一个缩影。为扎实做好儿童假期关爱服务，城关镇正在辖区23个村(社区)循序渐进开展此项活动，以实际行动做好儿童成长的引路人、儿童权益的守护者，呵护辖区儿童健康成长。

# 宁陕县科协再获国家级表彰

本报讯(通讯员 周红艳 钱燕)日前,中国科协办公厅发布《关于对2023年全国科普日活动有关组织和活动予以表扬的通知》,宁陕县科协荣获“2023年全国科普日活动优秀组织单位”荣誉。这是宁陕县科协继2014年被中国科协授予“全国科普日活动先进组织单位”以及2016年被中国科

协授予“全国科普日活动优秀组织单位”后第三次获国家级殊荣。近年来,宁陕县科协发挥行业领域示范带动作用,突出价值引领、践行科普惠民、坚持守正创新,大力弘扬科学精神,持续开展形式多样、内容丰富的优质科普活动。

# 石泉课例获评省级优秀示范课

本报讯(通讯员 许启军)经教师个人申报、县级推荐、市级遴选、省级评审等环节,石泉有10节课例获评“陕西教育扶智平台”2023年12月优秀公开课示范课,获奖数量位居全市之首。

据介绍,“陕西教育扶智平台”优秀公开课示范课评选由陕西省基础教育资源研发中心组织,旨在进一步激发教师对“陕西教育扶智平台”应用的积极性和创造性,提升课程质量,扩大优质资源的影响力。省基础教育资源研发中心自2023年12月起每月对“陕西教育扶智平台”上的公开直播课程进行评选。

近年来,石泉县把推广应用“陕西教育扶智平台”作为缩小城乡办学差距、促进教育均衡发展、

助力乡村教育振兴的重要载体,坚持统筹协调、试点先行、示范带动、逐步深入,加强技术培训,强化服务保障,完善应用环境,指导学校开展网络教研、双师课堂等活动,深入有效探索“名校+”“名师+”模式,推动学校管理共进,教学共研,资源共享,信息互通,促进学校协同发展。与此同时,大力实施“课堂革命,石泉行动”,聚焦有效备课、有效上课、有效训练、有效检测和有效延展,坚持教学相长,开展启发式、互动式、探究式教学,强化常规管理的科学化、精细化、规范化,创新实施“半日教研”,强化“一课一得”“一课一研”,追求实证的课堂教学评价,构建出有效的“备教学评研一致性”课堂教学新常态。

# 汉阴举办茶产业高质量发展讲座

本报讯(通讯员 黄智发)为推进汉阴县茶产业链延链、补链、强链,将群众牢牢镶嵌在产业链上,1月23日,汉阴县举办茶产业高质量发展讲座,邀请中国农业科学院茶叶研究所原副所长鲁成银研究员专题授课。

活动中,鲁成银被聘为汉阴县茶业首席专家。鲁成银是中国茶产业资深首席科学家,主要从事茶叶质量与标准方面研究工作,同时也是安康市政府特聘的安康高质量发展首席科学家。通过聘请首席专家,对于提高汉阴县茶产业标准化水平,拓宽汉阴

茶高端市场渠道,壮大汉阴茶产业都具有重要意义。讲座中,鲁成银围绕中国茶产业基本盘、中国茶产业发展趋势等方面进行深入细致讲解,为汉阴县茶产业全产业链高质量发展提出了具体的意见和建议,指明了产业发展方向、思路 and 重点。他希望汉阴县茶叶企业家立足优势,在采摘标准、亩产效益、产品研发、质量安全监管、茶科技创新等方面下功夫,持续提升知名度、美誉度和影响力,全力推动汉阴茶产业高质量发展。

# 高新区第一初级中学开展寒假大走访活动

本报讯(通讯员 刘明静 李晴)“您好,我是孩子的科任老师,需要就学校和家庭教育的一些问题与您交流交流。”进入寒假以来,高新区第一初级中学81名党员教师对学生家庭开展大走访活动。在高新区花园大道现代城社区,党员教师兰天飞敲开一名留守家庭学生的入户门进行走访。

这名学生的父母常年外出务工,一直由爷爷奶奶照看,学生性格内向,缺乏安全感,难以融入学校的集体生活,学习的内驱力不足。学生的奶奶也知道这些问题,但是一直找不到合适的解决办法。“孩子很多方面很优秀,喜爱阅读,字也写得很漂亮。”兰天飞一方面安慰学生的

奶奶,一方面告诉她,要与孙子多沟通,多肯定,并当场与孩子的父母通过电话进行交流。据了解,本次活动共走访356个学生家庭,累计活动发现问题421个,现场解决问题近300个,其中,对19个家庭困难学生减免了延时服务费,87个进城务工随迁子女和外务工留守家庭学生建立党员教师牵头的关爱帮扶机制。近年来,高新区第一初级中学以“党建+家校共育”模式发挥党员教师的先锋模范作用,强化服务意识,建立节假日定期走访机制,并对学校和家庭教育中存在的问题建立台账,落实帮扶责任人,实行销号管理,切实为学生和家长解难题、办实事。

# “把爱带回家”真情暖童心

通讯员 周可馨 陈虹燕

1月30日,已是“悬崖百丈冰”之际,宁陕县城关镇关一社区活动室室内却温暖如春,这里正在举办“把爱带回家”寒假儿童关爱服务活动。此次活动形式多样,包括安全教育知识讲座、亲子互动活动、心理健康疏导等方面,共有30余名小朋友参与。

“小朋友们仔细看,这是日常生活中发生火灾的各种原因,接下来我们要学习电器火灾的安全扑救方式。”活动中,关一社区妇联主席王选凤首先向小朋友们普及了安全用电常识,促进他们掌握火灾发生时如何进行扑救、自救、逃生等常识。接着,帮扶单位宁陕县公

安局驻关一社区第一书记余永乐以PPT的形式讲解了《网络游戏交易诈骗》,旨在教育孩子们正确对待网络游戏,不要轻信“低价”“免费”“高价收购”等陷阱,为少年儿童健康成长保驾护航。最后,丰富的亲子互动活动后工作人员为辖区的留守儿童捐赠了学习用



医护人员为老人检查身体



患者有序排队



医生正在为患者测血压

冬日义诊送温暖

近日,汉滨区中医医院在院门前广场举办义诊活动,邀请西安市中医院专家现场指导,前来就诊者络绎不绝。据悉,活动现场累计接诊140余人。

潘建华 摄

# 岚皋:体旅融合为旅游产业发展注入强劲动力

通讯员 刘咨吟

“随着越来越多的体育赛事在岚皋举办,前来旅游的游客越来越多,我们农家乐的生意越来越好,老百姓的收入也持续增加。”近日,提起岚皋县组织举办的各类体育赛事,当地群众赞不绝口。

为大力推进“旅游强县”战略,做大做强生态旅游产业,2023年以来,岚皋县充分发挥“全国群众体育先进县”基础优势,积极承办各类体育赛事,持续丰富旅游文化内涵,提升游客吸引力,促进全县旅游产业高质量发展。

依托山水生态之美,岚皋县积极争取各级比赛项目落户岚皋,先后承办了“2023年全国和美乡村篮球大赛陕西(村BA)陕南赛区”比赛、“2023 岚皋游

跑两项极限挑战赛”,并推动了具有地域特色的“岚河夜画”大型实景演绎项目,使外来游客在欣赏赛事的同时,领略到岚皋风光,感受巴文化,体验文体旅盛宴。

借助高标准体育馆、恒温标准游泳馆、标准化田径场、环形跑道田径场等体育硬件设施优势,该县积极争取省市专业赛事,先后承办了“陕西省首届‘延长石油杯’三人篮球联赛安康市暨岚皋赛区”比赛、“陕西省老年人气排球邀请赛”“中国红·红西凤”2023年陕西省男子篮球赛城际联赛季军争夺赛”“安康市‘奋进杯’暨‘梦之蓝杯’羽毛球邀请赛”“奔跑吧·少年”2023安康市首届青少年阳光

体育街舞大赛”等比赛,使岚皋成为省内游客向往的旅游打卡地。

立足创建国家全域旅游示范区,岚皋县积极举办“2023年社区运动会暨‘邮政杯’健身操舞大赛”“安康市首届生态运动会”“巴山画廊 硒旺岚皋定向越野挑战赛”“2023年岚皋县‘巴隆供销杯’中国象棋公开赛”。充分利用节假日组织开展群众性体育运动,先后举办“‘弘扬家庭美德·共建平安岚皋’2023年‘三八大集’·‘税务杯’家庭趣味运动会”“2023年岚皋县庆‘七一’抓‘五同’促‘创文’”互助保障杯”职工男子篮球赛”“庆重阳·千人健步走”重阳节主题活动”等。聚焦青少年健身活动,先后举办岚皋县第七届

中小学生运动会,2023年岚皋县(青少年)中小学生乒乓球赛、校园U系列足球赛、篮球锦标赛、排球锦标赛等比赛,形成推进旅游产业健康和谐发展的浓厚氛围。

“通过开展各类体育赛事,越来越多的体育爱好者成为岚皋旅游市场消费的新生力量,2023年全县共举办规模性群众健身活动24次,其中省级赛事2次、市级赛事5次(包含体旅融合品牌赛事4次)、县级赛事17次,实现了‘一月一活动,一季一高潮’整体目标,有力地推动了全县游客人数、旅游收入的增长,体旅融合为旅游产业发展注入强劲动力。”岚皋县教体科技局局长陈守宝表示。



为进一步关心关爱特殊儿童群体,近日,汉阴县“蓝丝带”志愿服务队走进阳光学校,为孩子们送去了“寒假大礼包”。本次公益活动的开展,不仅为孩子们送去了物质上的关爱,更为孩子们带去了精神上的鼓舞,使孩子们真切感受到了社会大家庭的温暖。

张辉 摄