

满足群众需求 凝聚精神力量

2023年文化进万家活动启动

据新华社北京1月1日电 由中央宣传部、中央文明办、文化和旅游部、国家广播电视总局、中央广播电视总台、中国文联联合主办的2023年“我们的中国梦——文化进万家”活动1月1日正式启动。

活动紧紧围绕学习宣传贯彻党的二十大精神的主题,以走进万家、服务百姓为宗旨,坚持以人民为中心的工作导向,动员和组织开展形式多样、内容丰富、线上线下相结合的文化活动,满足基层群众文化需求,丰富人民群众文化生活,凝聚奋进新时代新征程的强大精神力量。

为统筹做好疫情防控和惠民工作,2023年文化进万家活动更加注重实际、注重实效、注重创新。“学习强国”学习平台、中国精神文明网开设“我们的中国梦——文化进万家”活动专题,进行集中展示,开设互动平台;各级各

类新闻网站平台、县级融媒体中心开设专题专栏、积极转载推送;中央广播电视总台开设专题栏目,各省级广播电视台以多种形式,择优展播文化进万家活动各类资源;各地充分发挥户外大屏、村级应急广播大喇叭等贴近群众、直通基层优势,灵活展播展示文化进万家活动丰富资源。

据介绍,有条件的地区将因地制宜开展线下活动。中央、省、市各级宣传文化单位组织人员精干、水平精湛的文艺小分队、文化工作队,赴县级及以下村镇社区、学校军营、工矿企业等演出节目、放映电影、送图书报刊,开展培训、讲座、结对辅导等。依托各类基层文化阵地开展惠民文化服务项目,充分发挥新时代文明实践中心(所、站)的作用,通过流动服务、联网服务、志愿服务等各种方式举办展览、文化普及、阅读活动等。组织基层文艺院团、农村电影放映队、非遗传承人(团体)等举办文化活动、项目展示,广泛

开展地方戏曲、舞蹈曲艺演出,民间技艺、民俗艺术展示,游艺联欢,书法、美术、摄影创作,以及“村晚”、花会、灯会、赛歌会、票友会、秧歌会、广场舞、舞龙舞狮等群众广泛参与的文化活动。

2023年文化进万家活动将创新活动开展方式,鼓励各地在条件允许的情况下积极尝试跨区域联动开展活动,如长城、大运河、长征、黄河、长江等国家文化公园建设沿线和京津冀地区、长江三角洲地区、粤港澳大湾区、东北老工业基地,内容与弘扬社会主义核心价值观、传承中华优秀传统文化、推进乡村全面振兴、国家文化公园建设、文化遗产保护、新时代文明实践活动等紧密结合。

“我们的中国梦——文化进万家”活动是在全国范围内广泛开展的一项重点文化惠民活动,2014年以来,各级宣传文化单位组织数万支文艺小分队深入基层开展慰问演出、文艺培训、结对辅导等。

东航全球首架C919新年首飞

总计将进行100小时验证飞行

据央视新闻1日消息 1日,中国东方航空全球首架C919大型客机测试飞行。当天首班验证飞行的航班号为MU7809,从上海虹桥国际机场飞往北京大兴国际机场。验证飞行于上午8点30分正式开始。这是自2022年12月26日以来,C919的第9架次验证飞行,也是在2023年的新年首飞。据了解,C919总计要进行100小时的验证飞行。

验证飞行主要是验证航空公司安全运行C919飞机的能力,国产大飞机C919是一款全新的机

型。有人把它的研发应用作了一个形象的比方,研发制造是上半场,转入商业运营是下半场。完成适航审定、拿到民航局颁发的合格证,标志着上半场的成功落幕。作为首家用户,东航还要把验证飞行积累的大量数据、运行保障经验提供给相关部门,助力新机型不断优化改进。

有专家指出,民航的发展是一个国家经济发展的晴雨表,民航业对旅游业、制造业等相关行业的拉动比例达到了1比8,期待由国家自己生产的大飞机早日投入商业运行的蓝天。

1月22日开始至来年2月9日结束

农历癸卯兔年共有384天

据新华社天津1月1日电 2022年已经过去,崭新的2023年开始走来。天文科普专家介绍,农历2023年为癸卯兔年,2月有28天,全年共有365天。即将到来的农历癸卯兔年为闰年,全年共有384天。

记者在天津文历上看到,由于被安排了一个“闰二月”,农历癸卯兔年全年共有384天,从2023年1月22日开始,至2024年2月9日结束。

农历癸卯兔年天数较多,还使得这个农历年出现了两个立春的历史现象,即“一年两头春”,也称“双春年”。统计发现,19个农历年中有7个年头是“双春年”,有7个年头是“无春年”,其余的5个年头是正常的“单春年”。

“‘双春年’和‘无春年’都只是正常的历法现象,与吉凶祸福无关。”中国天文学会会员、天津市天文学会理事赵之珩强调。

病毒感染引发咳嗽恢复需2至4周

——专家解答防疫热点问题

当前,我国疫情防控面临新形势新任务,工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。感染新冠病毒后,怎样安全科学用药?转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解?康复期如何恢复体力?围绕社会热点关切,国家卫生健康委组织相关领域专家作出解答。

感染后怎样安全科学用药?

近期随着阳性病例的增多,一些人在治疗新冠病毒感染过程中,因用药不当导致损伤。安全科学用药事关群众生命安全和身体健康。

北京协和医院药剂科主任张波介绍,解热镇痛类药物,比如常用的布洛芬、对乙酰氨基酚,它们是对症治疗的药物。一般来讲,患者用1至2天就能退热,加上患者身体疼痛控

制住后,就可以停药了,不需要长期服用。

一般而言,选择一种解热镇痛药就可以,很多解热镇痛药含有的成分相同或类似,如果选择多种解热镇痛药服用,可能会导致药物过量。同时,患者在使用前一定要认真阅读说明书,包括药物的用法用量及注意事项。

“从用药安全角度来说,药物的给药途径有多种,包括口服给药、注射给药等,口服给药是一种比较安全方便的给药途径。”张波说,对于一些轻型患者,选择口服药物可以很好缓解症状。

张波介绍,通常讲的抗生素一般指抗菌药物,这是只针对细菌引起感染的治疗药物。新冠病毒引发的症状是病毒性感染,抗生素对于治疗病毒引起的感染是无效的,也就是说抗菌药物不能预防和治疗病毒引起的感染。

在临床中,有些患者合并一些细菌感染,或者是新冠病毒感染后引起继发性细菌感染,在这种情况下,可以合理选择抗生素和抗菌药物,但要经过血常规检查等严格评估,再选择抗菌药物。

转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解?

很多新冠病毒感染者转阴后仍一直咳嗽,对此,中国中医科学院广安门医院呼吸科副主任边永君表示,相当一部分人的病机是多种多样的,不光是偏于寒凉,有的会出现湿热,也有的会出现痰湿甚至燥热的表现,要根据每个人的具体情况来进行处理。

边永君解释,人体气道因为感染新冠病毒会受到损伤,即气道黏膜上皮受损之后,黏膜下的神经暴露出来就很容易对外界刺激出现敏感,比如说说话、受凉或者闻到异味就会导致咳嗽。

“对咳嗽的恢复不要操之过急。从病毒

性感染后引发的咳嗽的规律来看,总的恢复时间大概需要2至4周,有一个自然的恢复过程。”边永君建议,尽可能在室内营造出温暖潮湿的环境。患者既要避免过于劳累,也要避免过于安逸或者少活动,适当的运动对康复是有好处的。同时,尽量不要吃生冷食物,外出时要注意保暖。

针对一些咳嗽导致的不适,边永君建议,可以采取针灸、刮痧、揪痧、局部穴位按摩等方法。在此基础上,适当配合一些饮食疗法,比如食用梨汤、百合、藕等。

康复期如何恢复体力?

首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉介绍,新冠病毒感染者进入康复期或者康复末期,要保持平和心态,饮食以清淡、易消化的为主,同时,注意休息,保证充足睡眠,不要做剧烈运动。

北京协和医院临床营养科主任于康表示,新冠病毒感染恢复过程需要一些时间,要循序渐进过渡,保证足够的耐心。康复期保证营养对恢复患者体力有着重要作用,具体有以下几点:

一是要摄入适当的能量。能量主要从主食中摄入,先从易消化的粥、面条等细粮开始,再过渡到软一点的米饭、馒头等,等胃肠功能恢复好了,再开始增加粗粮。

二是要保证优质蛋白质摄入。可以选择高蛋白低脂肪的牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等和一些易于消化吸收的食物。

三是补充一些微量营养素,特别是来自于蔬菜水果里的像钾元素、钠元素、维生素C等,最好做到“餐餐有蔬菜,每天有水果”。

“同时也要做到‘吃动平衡’,不要大吃大喝,不要猛烈运动,要循序渐进,从一些平缓、温和的运动开始。”于康说。

据新华社北京1月1日电

病毒

——专家解答防疫热点问题

当前,我国疫情防控面临新形势新任务,工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。感染新冠病毒后,怎样安全科学用药?转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解?康复期如何恢复体力?围绕社会热点关切,国家卫生健康委组织相关领域专家作出解答。

感染后怎样安全科学用药?

近期随着阳性病例的增多,一些人在治疗新冠病毒感染过程中,因用药不当导致损伤。安全科学用药事关群众生命安全和身体健康。

北京协和医院药剂科主任张波介绍,解热镇痛类药物,比如常用的布洛芬、对乙酰氨基酚,它们是对症治疗的药物。一般来讲,患者用1至2天就能退热,加上患者身体疼痛控

制住后,就可以停药了,不需要长期服用。

一般而言,选择一种解热镇痛药就可以,很多解热镇痛药含有的成分相同或类似,如果选择多种解热镇痛药服用,可能会导致药物过量。同时,患者在使用前一定要认真阅读说明书,包括药物的用法用量及注意事项。

“从用药安全角度来说,药物的给药途径有多种,包括口服给药、注射给药等,口服给药是一种比较安全方便的给药途径。”张波说,对于一些轻型患者,选择口服药物可以很好缓解症状。

张波介绍,通常讲的抗生素一般指抗菌药物,这是只针对细菌引起感染的治疗药物。新冠病毒引发的症状是病毒性感染,抗生素对于治疗病毒引起的感染是无效的,也就是说抗菌药物不能预防和治疗病毒引起的感染。

在临床中,有些患者合并一些细菌感染,或者是新冠病毒感染后引起继发性细菌感染,在这种情况下,可以合理选择抗生素和抗菌药物,但要经过血常规检查等严格评估,再选择抗菌药物。

转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解?

很多新冠病毒感染者转阴后仍一直咳嗽,对此,中国中医科学院广安门医院呼吸科副主任边永君表示,相当一部分人的病机是多种多样的,不光是偏于寒凉,有的会出现湿热,也有的会出现痰湿甚至燥热的表现,要根据每个人的具体情况来进行处理。

边永君解释,人体气道因为感染新冠病毒会受到损伤,即气道黏膜上皮受损之后,黏膜下的神经暴露出来就很容易对外界刺激出现敏感,比如说说话、受凉或者闻到异味就会导致咳嗽。

“对咳嗽的恢复不要操之过急。从病毒

性感染后引发的咳嗽的规律来看,总的恢复时间大概需要2至4周,有一个自然的恢复过程。”边永君建议,尽可能在室内营造出温暖潮湿的环境。患者既要避免过于劳累,也要避免过于安逸或者少活动,适当的运动对康复是有好处的。同时,尽量不要吃生冷食物,外出时要注意保暖。

针对一些咳嗽导致的不适,边永君建议,可以采取针灸、刮痧、揪痧、局部穴位按摩等方法。在此基础上,适当配合一些饮食疗法,比如食用梨汤、百合、藕等。

康复期如何恢复体力?

首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉介绍,新冠病毒感染者进入康复期或者康复末期,要保持平和心态,饮食以清淡、易消化的为主,同时,注意休息,保证充足睡眠,不要做剧烈运动。

北京协和医院临床营养科主任于康表示,新冠病毒感染恢复过程需要一些时间,要循序渐进过渡,保证足够的耐心。康复期保证营养对恢复患者体力有着重要作用,具体有以下几点:

一是要摄入适当的能量。能量主要从主食中摄入,先从易消化的粥、面条等细粮开始,再过渡到软一点的米饭、馒头等,等胃肠功能恢复好了,再开始增加粗粮。

二是要保证优质蛋白质摄入。可以选择高蛋白低脂肪的牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等和一些易于消化吸收的食物。

三是补充一些微量营养素,特别是来自于蔬菜水果里的像钾元素、钠元素、维生素C等,最好做到“餐餐有蔬菜,每天有水果”。

“同时也要做到‘吃动平衡’,不要大吃大喝,不要猛烈运动,要循序渐进,从一些平缓、温和的运动开始。”于康说。

据新华社北京1月1日电



■根据海关总署、国家发展改革委、商务部近日联合发布的公告,自1日起,进口关税配额全面实施联网核查、无纸化通关。

■历时13年自主研发,被誉为“争气机”的首台国产F级50兆瓦重型燃气轮机于上月31日首次点火成功。这台F级50兆瓦重型燃气轮机预计于2023年1月初正式并网发电,联合循环一小时发电量超过7万千瓦时,可以满足7000个家庭1天的用电需求。

■禁止在长江干支流岸线一公里范围内新建、扩建化工园区和化工项目;污染长江流域环境、

破坏长江流域生态应当承担相应侵权责任……自1日起,《南京市长江岸线保护条例》正式施行。

■1日零时20分,在港珠澳大桥珠海公路口岸,澳门郑先生驾驶澳门单牌车辆驶入内地。这也是“澳车北上”政策启动实施后顺利入境的首辆澳门单牌车。“澳车北上”后,预计有不少于8万名澳门机动车辆车主可享受此政策。

■当地时间1月1日凌晨,乌克兰首都基辅市传来强烈爆炸声。当地政府部门负责人随后证实基辅州和基辅市等多地遭无人机袭击。均据新华社电

我市消费市场暖意融融

(上接A1版)

在位于市北商圈的山姆会员店,正值节庆,店内上新了充满节日气氛的各类礼盒和新潮商品。从家用区到水果熟食区,人们成群结伴地挑选着自己心仪的产品。在收银台,前来采购的市民,几乎每人都是满满一车货品。“我在小程序上看到山姆上架了很多新品,而且我和我老公两周多没出门了,特地来置办年货!”推着一大车“战利品”的顾小姐接受采访时说。

市商务局相关负责人介绍,作为第二届“双12南通购物节”重头戏的南通商团迎新促消费活

动,自上月中旬启动以来,重点聚焦南大街传统商圈、市北区域性服务商圈、商务区—紫琅湖活力商圈等区域,突出专题活动的策划实施,实现“月月有主题、周周有亮点、天天有惊喜”,努力让商圈内“熙熙攘攘、热热闹闹、红红火火”。随着近期调整优化疫情防控措施,南通消费市场呈现“暖意融融”。借此良机,我市商务等部门积极作为,合力营造“乐购”氛围,为消费环境复苏赋能,让百万市民获得更多元化、品质化的消费体验,高高兴兴过大年。

本报记者 郭小平 俞慧娟
见习记者 吕雪琦

让土地跟着项目走

(上接A1版)

近年来,通州全力服务好多个国家级、省级重大交通工程,吃透、用足部省相关政策,提供政策咨询、数据套合、空间准入条件把关等服务,指导申请办理先行用地,确保项目及开工建设。目前,通州区5个省级重大项目、9个市级重大项目,全部保障到位。

做好土地保障的同时,通州还创新“前延服务首席咨询师”做法,常态化实现“交地即发证”“拿地即开工”,提升项目落地开

工效率。

“前延服务首席咨询师时刻关注项目进展,提前审查方案和施工图纸,大大节约了企业的时间成本和财务成本。”南通力福新材料科技有限公司财务总监薛春红介绍,位于兴仁镇戚家桥的南通力福新材料总投资约1.02亿元,即将开工建设,预计2023年6月建成投产,届时公司能新增3D玻璃显示屏配套柔性材料产能9万平方米,实现年销售收入1.5亿元。

海安把优质医疗送到百姓家门口

(上接A1版)

面向长三角知名专家上门会诊

上月,家住海安市曲塘镇万扬村的73岁老人唐传金发现腮腺有肿物,想去上海大医院手术。海安市人民医院诊断后,帮他联系了上海瑞金医院专家廖飞前来手术,目前情况良好。

柔性人才引进,提升服务软实力。海安市人民医院、中医院、第三人民医院及皮肤病医院等采取“请进来、送出去”的方法,常态化与上海中山、华山、仁济、瑞金、长征、长海以及省人民医院、中医院、肿瘤医院等三甲大医院,在医疗、科研、人才培养等领域展开深度合作。

这些医院的知名专家常常利用周末来到海安开设肺结节、甲状腺结节、不孕不育等院际多学科会诊,有效解决了海安本地患者看病难题,也为患者节约了费用。

接轨长三角城市,海安搭建紧密型“医联体远程会诊”平台,借助人工智能等技术,面向基层提供远程、影像、心电、病理等诊断服务,促进县、镇、村三级医联体内的医疗机构相互连接,实现资源共享。“以前碰到疑难杂症需要转至上海、南京等医疗水平较高的医院。”曲塘中心卫生院院长廖爱龙说,使用医联体远程会诊平台后,在基层中心卫生院也能享受到业内专家的诊疗。

从2000年起,海安市人民医院、中医院与苏州大学签约,重点推进苏州大学协同创新平台建设,财政每年拿出100万元,在人才培养、科研能力、重点科室建设等方面提供保障。

苏州方面派出6名专家作为特聘教授送教上门,在海安市人民医院开办研究生班,来自海安各医疗机构的40多名医生参加。人民医院、中医院选送骨干医生脱产到苏州大学深造,人民医院的2名医师获得博士学位。中医院的医师参与中医药研制,研发的3个药品临床效果较好,其中一个配方被扬子药业采纳,获得200万元成果转化费。

通过协同合作,海安的青年医生获得点对点帮助,近两年发表SCI论文20多篇。

心电一张网患者快速得到救治

国家心血管病中心统计显示,我国每5例因病死亡病例中就有2例死于心血管病。

心血管疾病的死亡率非常高,而心肌梗死的黄金救治时间只有120分钟。海安加速推进“心电一张网”工作,就是让老百姓在家门口享受真正优质的医疗资源,患者能在第一时间得到最佳救治。

2022年,海安把“心电一张网”作为政府为民办实事重要项目,由市卫健委牵头,成立以人

民医院为龙头,以二级综合医院、乡镇(中心)卫生院为枢纽,以基层医疗卫生机构、村医、诊所为依托,利用可穿戴12导心电图记录仪,对接上级医院远程心电智慧信息平台,共同构建了体系完善、覆盖全面、方便快捷、服务可靠的三级网络诊疗服务体系,做到224家村卫生室(社区卫生服务站)全覆盖,进一步提升基层服务能力。

“心电一张网”通过便携的心电设备对患者进行心电图的采集,能够让基层医疗机构第一时间将符合心肌梗死或者严重心律失常的患者筛查出来,并第一时间上传检测信息至远程心电图中心,在3分钟内获得诊断报告。

2019年6月,海安选择中医院和人民医院为试点医疗机构,依托院内护理资源,在全市范围开展“互联网+护理服务”,筛选出具备5年以上临床护理工作经验和护士以上技术职称的护士,为出院患者、康复期患者、孕产妇、高龄或失能老人等行动不便的人群提供安全、规范、专业的上门护理服务。

2020年,服务范围扩至全市12家公立医疗机构。截至目前,海安551名经过统一培训的护理人员入驻海安市“互联网+护理服务”平台,提供47项服务,实际开展26项,共服务3875人次,用户满意度100%,护士满意度100%。

本报记者 赵勇进
本报通讯员 仲重阳 徐通生 蔡诚

讣告

原中国人民解放军陆军第二十集团军五十八师副师长张有成同志,因病医治无效,于2022年12月31日17时54分在南通逝世,享年87岁。遵其遗愿丧事从简,不举行遗体告别仪式。

谨此讣告!

南通市军队离退休干部
服务管理中心
2023年1月2日

家属联系人:张辉
电话:13912271351

讣告

中国共产党党员,原南通市生活用品公司调研员,享受县处级政治、生活待遇离休干部杨宝贵同志,因病医治无效,于2022年12月31日18时不幸逝世,享年94岁。

兹定于2023年1月2日15时,在南通市殡仪馆(南通市天福园)远泽厅举行遗体告别仪式。特此讣告。

南通市供销合作总社
2023年1月1日
家属联系电话:13706293068