

多地寒潮来袭，呼吸道疾病高发

如何做好自身防护避免感染？

这几天，多地寒潮来袭，国家卫生健康委表示，近段时间全国呼吸道疾病就诊量相对平稳，但随着寒潮来袭、气温下降，流感、新冠等呼吸道疾病的就诊量仍有波动。国家卫生健康委、国家疾控局要求，不断优化接种服务，继续做好疫苗接种。各地采取分时接种、延长接种周期、增加服务时间等便民服务，推进流感、新冠等疫苗接种工作。



优化接种服务 加快推进流感疫苗接种

天津市持续组织接种单位增加周六、日门诊接种频次，保障疫苗接种场地和人员，目前全市216家常规门诊开设了周末门诊日，约占常规门诊总数的76%。同时加强智能化服务水平，全面推广使用网上预约接种便民服务功能。

天津市和平区南营门街社区卫生服务中心主任赵永安表示，根据网上预约的数量，以及现场咨询的人群的需求，中心充分延长了接种的门诊时间，对于有些不能及时来接种的，或者工作时长安排不开的，进行周末的延长服务。

山东省德州市对流感等疫苗库存进行实时监测，发现不足的情况，及时进行采购。疾控部门发布辖区接种门诊的地址、联系电话、服务时间等信息，方便群众就近接种。

山东省德州市德城区疾控中心免疫预防科科长杨阳表示，全区共有流感库存大约5000支，近期也及时进行了库

存补充，又采购了3000支，能够保证辖区居民流感疫苗的接种需求。

国家疾控局近日持续指导各地对流感等疫苗的接种需求进行评估，会同有关部门加强供需衔接，确保流感等疫苗供应不断链，群众有苗可接种。在云南省元谋县元马镇的接种点，最近每天的接种量都有所增加。

医务人员提醒大家，接种疫苗前，受种者或监护人应将既往史及身体健康状况如实、充分告知医生，确保身体处于健康状态，无相关接种禁忌才能接种。接种流感疫苗后，如出现严重症状，应及时向接种单位报告，必要时到医院就诊。

云南省元谋县疾控中心主任杨万群表示，每个人都是自己健康的第一责任人，为此呼吁广大群众，勤通风，多锻炼，外出公共场所佩戴口罩，有咳嗽发热症状及时就医；同时，积极接种疫苗。

聚焦重点机构和人群，防范聚集性风险

学校、托幼机构、养老院等是防范呼吸道疾病的重点机构，老年人和儿童是呼吸道疾病的易感人群。国家卫生健康委要求各地中小学、托幼机构、养老院、社会福利院等重点场所和人员密集场所落实通风消毒等措施，加强健康科普和健康监测，降低感染风险。

江西、云南、陕西等地持续通过开展呼吸道疾病科普进校园、主题课的方式，向师生宣讲防病知识，增强他们的防范意识。

江西省上饶市横峰县红桥社区卫生服务站预防接种门诊主任陶玉枝说：“我们通过与教育、民政等部门的配合，加大了在学校、养老机构、社区等地的健康教育和疫苗接种宣传力度，现在大家的防病意识和疫苗接种意愿越来越高了。”

各地幼儿园、中小学都加强了晨午检，缺勤缺课登记，发现学生出现发热、咳嗽等症状时，及时为学生佩戴

口罩并与家长联系。山东、河南等地的教育部门和民政部门加强了学校和养老机构这些重点场所的消毒，严格管理外部人员进出等，降低老人和儿童感染风险。

山东省德州市德城区教育和体育局党组成员唐志红说：“同时我们会定期和卫生健康部门、疾控部门会商，加强信息互通，协同开展风险研判和预测预警，指导学校做到科学精准应对。我们将进一步督促学校查找防控工作风险点和漏洞，确保各项防控措施落实落细到位，最大程度上保护师生健康安全。”

天津市要求各学校建立高质量作业设计机制，根据学生身体状况，进行差异化教学设计，如学生因病缺课较多，适度放缓教学进度。

天津市和平区鞍山道小学党总支书记吴静表示，班主任老师会经常打电话和孩子们沟通进行慰问，并且安

慰家长和孩子不要担心会落下功课。等到孩子康复返校后，根据他的需要，老师会利用午休或者课后服务的时间，给予个性化的辅导。

民政部对养老机构呼吸道疾病的防控作出相关安排，要求各地要保持养老机构就医绿色通道的畅通，服务时工作人员要佩戴好口罩，每日开展健康监测，不带病上岗。对探视、快递等外来人员的健康状况进行观测。福建省厦门市多家医院和养老机构加强协作，医务人员开展了养老护理员、医护人员呼吸道疾病防治的专业培训，做好医疗服务和养老服务的分区管理，防止交叉感染。

福建省厦门市莲花医院内科副主任医师、厦门市莲花长寿村老人公寓负责人杜卫军说：“我们首先给老人接种了新冠疫苗、肺炎疫苗和流感疫苗。其次是规律的生活和科学的饮食，给予高蛋白、高维生素和富含矿物质的饮食，这样会提高免疫能力。”

老人如何做好防护，专家给出四点建议

在呼吸道疾病高发季，老年人应该怎样做好自身防护，尽量避免感染呢？专家给出了四点防护建议。

1. 老年人应提高自身身体素质，适当进行运动，提高心肺功能，同时均衡饮食，保持睡眠充足，提高自身免疫力。

2. 养成良好的习惯，如勤洗手、科学佩戴口罩、保持社交距离等，减少感染机会。

3. 多吃一些优质蛋白含量高、维生素含量高的食物，这些食物不仅可以补充人体所需的能量，还可以提高机体的免疫力，抵抗病原体的侵入。

4. 建议接种流感疫苗、新冠病毒疫苗、肺炎球菌疫苗等。

国家疾控局相关负责人提醒公众，今冬明春除了接种流感疫苗外，对于老年人

和有慢性基础性疾病的群体，还建议接种肺炎球菌疫苗和新冠病毒疫苗。对于儿童而言，建议在继续做好免疫规划疫苗接种的基础上，还可以接种肺炎球菌疫苗、B型流感嗜血杆菌结合疫苗等非免疫规划疫苗。

如果已经出现过了流感样症状，在没有确诊、自行痊愈后，仍然建议继续接种流感疫苗。据央视新闻客户端

更俗剧院

最新演出信息

动画《名侦探柯南：黑铁的鱼影》

张译、李晨主演《三大队》

张家辉、阮经天主演《怒潮》

12月28日19:30——
2024南通新年音乐会

扫二维码关注更俗剧院微信公众平台，获取更多电影演出信息。

更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>

售票热线:85512832 服务监督:85528668



福彩直通车

南通福彩热线电话:85286795

申办福彩投注站的朋友们看过来！

想在南通市区开一家福彩投注站该如何申请？只要您符合以下条件就可以啦。

首先，申请人必须是南通市常住户口，年龄在18周岁以上60周岁以下，中专以上文化程度。申请人本人必须直接参与彩票销售工作，连续销售时间不少于4小时/天。可根据自身条件开设国标专营店、普通专营店、双彩店或兼营店。申请的店面

与其他福彩站点步行距离不少于200米，但同一区域(如:同一小区、同一区位)内，为保护老站点利益和可持续发展，不再新增投注站。

申请人须提交本人身份证、户口本、学历证明、结婚证、联系电话等原件、复印件，材料不全不予登记。详情请咨询南通市福利彩票发行中心市场部。

福彩双色球 2元可中1000万