

# 流感来袭,专家教您如何预防

入冬至今,流感在全国大范围流行。上一年度的流行让许多人有心有余悸,近日,“流感”再度成为街头巷尾热议的话题。这一季流感流行情况如何?有没有想象中那么可怕?流感防治有哪些误区?记者为您一一解析。

## 这波流感啥情况?

北京的上班族彭女士近日出现高烧、连续呕吐等疑似流感症状,随即去一家三甲医院发热门诊就诊。“挂号、缴费和抽血的地方都在排大队,输液的人也特别多。”彭女士说,单位也有不少同事相继“中招”。

记者调查发现,近期儿童医院急诊科门诊量为患,中小学校也成为流感重灾区。北京的石女士告诉记者,前一段时间,念叨自己的女儿班里不少同学得了流感,于是全班停课4天,后来,其他班级也出现类似情况,孩子不得不取消了新年联欢会。

从去年入冬以来至今,流感在全国大范围流行,看上去来势汹汹,这波流感到底是“什么情况”?

“流感病毒有甲乙丙丁四种类型。在人群中能持续传播并引起季节性流感的主要是甲型、乙型这两种。”中国疾病预防控制中心传染病预防控制所研究员李中杰表示,25日在国家卫生健康委新闻发布会上说,从全国流感监测网络的监测情况来看,目前正在流行的是甲型H1N1病毒,甲型流感占90%以上,没有出现影响今年流感流行的抗原性等方面的变化。

广东省中医院大呼吸与危重症医学科主任林琳表示,持续高烧不退是本次流感的特点,常伴有咳嗽、咽痛、周身疼痛、打喷嚏流涕。

国家卫生健康委疾病预防控制局副局长雷正龙介绍,最新监测数据显示,目前我国已进入流感活动高峰期,南方省份升高趋势趋缓,北方省份处于平台期。“根据专家综合分析,我国2018-2019年流感流行季流感活动水平将低于上一流行季水平。”雷正龙说,未来随着学校和托幼机构放假,流感聚集性疫情将逐渐减少。

## 流感真的很可怕?

流感曾经并不怎么引人注目。2017-2018年冬春季,乙型流感猛烈地“刷”了一波存在感,给人们留下深刻印象,而网络刷屏文章《流感下的北京中年》更让一些人对流感产生了恐惧心理。

流感真有这么可怕吗?疾控专家介绍,季节性流感在人群中是常见病,是人群普遍易感的疾病。人患流感后能产生获得性免疫,但流感病毒很快会发生抗原性变异从而逃避宿主免疫。因此,人的一生可能会多次感染同型和(或)不同型别的流感病毒。

中国疾控中心流行病学首席专家吴尊友表示,中国疾控中心等部门先后印发了流感防控、诊疗、预防技术方案,国家中医药管理局、中国疾控中心等部门先后印发了流感防控、诊疗、预防技术方案,国家中医药管理局、中国疾控中心等部门先后印发了流感防控、诊疗、预防技术方案,国家中医药管理局、中国疾控中心等部门先后印发了流感防控、诊疗、预防技术方案。

病,每个冬春季都会出现流行高峰,只是流行的时间长短、峰值有所不同。

专家介绍,一般人患流感后,并无发症者多于发病3-4天后体温逐渐消退,全身症状好转,但咳嗽、体力恢复常需1-2周。有重症高危因素的人群感染流感后容易出现并发症,严重时可能危及生命。“5岁以下尤其是2岁以下儿童,65岁以上老人以及有慢性呼吸系统、慢性糖尿病以及心血管系统等慢性病患者,出现并发症的危险较高,要特别注意预防流感。”李中杰说。

为何最近身边不少人“中招”?专家表示,冬天气气寒冷,人在室内抵抗能力减弱,加之人们多集中在室内活动,门窗常常关闭导致空气不流通,病毒更易传播。

从中医角度看,“今年北京地区降雨降雪很少,天干物燥,更易形成室内燥热,从而更易感受风寒之邪。”航天中心医院中医科副主任医师张昶告诉记者,北方冬季虽然室外严寒,但室内温度高,加之饮食热量高,体内有活动少,体内容易形成燥热。“外有风寒,内有燥热,就形成了‘寒包火’的病态。”

据国家卫生健康委疾控局副局长郭燕红表示,为帮助医务人员和公众正确应对流感,2018年,卫生健康委、国家中医药管理局、中国疾控中心等部门先后印发了流感防控、诊疗、预防技术方案,国家中医药管理局、中国疾控中心等部门先后印发了流感防控、诊疗、预防技术方案,国家中医药管理局、中国疾控中心等部门先后印发了流感防控、诊疗、预防技术方案。

## 错误防治“全白搭”

掌握正确的防治知识,就能让流感“退避三舍”,即使不幸“中招”也能从对应。但记者发现,尽管经历了上一年流感的“洗礼”,人们在预防中仍然存在误区和不重视现象,让病毒有了可乘之机。

在地铁等人密集的场所,大多数人没有戴口罩;家人在接触流感患者使用过的物品后不洗手;老人、婴幼儿等高危人群不愿接种流感疫苗……

“应为流感患者佩戴口罩,并尽量减少与孩子的接触。”张昶说,照顾流感患者时,也要戴口罩、勤洗手,还应尽量多开窗通风,以降低室内空气密度和减少空气中的病毒含量。

对于疫苗认识误区,张昶表示,接种流感疫苗是目前最有效的预防流感的方法,疫苗应在流感流行季节前1-2个月注射,其保护作用一般只能维持6-12个月,所以每年都要注射。

“一旦出现流感症状或确诊流感,不鼓励带病上班,一定要做好休息,如果病情加重要及时就医。”李中杰特意强调,这是对自己和他人健康很好的保护。(据新华社)

## 《湖北省无障碍环境建设管理办法》下月起实施 非法占用无障碍车位最高罚200元

下月起,如果乱占残疾人停车位,将面临200元罚款。记者昨日获悉,《湖北省无障碍环境建设管理办法》将从2月1日起正式实施。《办法》明确,无障碍环境建设,是指为便于残疾人、老年人、未成年人、孕妇、伤病患者等(以下统称行动不便者)自主安全地通行道路、出入相关建筑物、搭乘公共交通工具、交流信息、获得社区服务、享受其他公共服务所进行的建设活动。

县级以上人民政府应当将无障碍设施纳入国民经济和社会发展规划以及城乡规划,并且应当征求残疾人组织、老年人组织、妇女儿童权益保障组织等社会组织的意见。《办法》要求,应当优先推进下列公共服务机构、公共场所的无障碍设施改造:特殊教育学校、幼儿园、老年学校以及录取残疾考生、实行融合教育的普通学校;为老年人、残疾人、孤儿和孕产妇提供养护、康复、托养等服务的社会福利机构、国家机关的公共服务场所;文化、教育、体育、医疗卫生等公共场所;城市的主要道路和机场、火车站、汽车客运站、客运站码头等公共交通工具;金融、邮政、电信、商业、旅游等公共服务场所;乡镇、街道及社区(村)的公共服务场所。

此外,还对无障碍设施建设和监管做出了明确规定,二级以上医院、三级以上酒店、AAA级以上旅游景区以及大型商场、体育中心等城市大中型公共场所的公共停车场和大型居住区的停车场,应当按照无障碍设施工程建设标准设置并标明无障碍停车位。根据规定,城市大中型公共场所的公共停车场和大型居住区的停车场,未按照无障碍设施工程建设标准设置并标明无障碍停车位的,由有关主管部门责令改正,并可以处5000元以下罚款。机动车非法占用无障碍车位,影响残疾人使用的,由公安机关责令改正,并可以处20元以上、200元以下的罚款。(据《楚天都市报》)

编号: Sgqqqs20190124-03-013 十规管批前公示(2019)第013号

## 关于“十堰市东风21小学扩建项目”批前公示

### 广大市民:

根据建设项目规划公示的相关规定要求,现依法对“十堰市东风21小学扩建项目”进行批前公示,公示期间征询市民意见。若有异议请于公示期间内实名书面向项目相关部门反映并享有依法申请听证的权利。

### 一、项目概况

十堰市东风21小学扩建项目位于十堰市张湾区检阅路,土地性质为中小学用地。总用地面积为15620.00㎡,其中7000㎡为新增用地。该项目规划建设功能为教学用房。总建筑面积为:11780.46㎡(原有建筑面积为:4814.96㎡,新增总建筑面积为:6965.50㎡),总建筑面积为:11553.06㎡(原有建筑面积为:4814.96㎡,新增建筑面积为:6738.10㎡)不计容(地下室)建筑面积227.5㎡。容积率0.74,建筑密度15.7%,绿化率30%。

### 二、规划依据

1、十堰市发展和改革委员会关于十堰市东风21小学扩建项目立项的批复(十发改审批[2018]67号)  
2、十堰市东风21小学现有教学建筑现状情况说明  
3、十堰市规划局规划条件通知书十规规字(2018)第37号  
4、十规咨[2019]01-001号建设项目论证报告  
三、公示地点  
1、固定现场:市规划办办公楼前规划批前公示栏(15个工作日)

### 2、项目现场:公示期至竣工进场

3、新闻媒体:《十堰日报》  
4、规划网站:  
<http://www.syghj.gov.cn/>  
四、公示时间  
从《十堰日报》登报之日起15日内

### 五、联系方式

传真号码: 8662481  
联系电话: 8662483  
联系人: 刘宸彦  
电子邮箱: syghj@163.com  
地址: 十堰市人民北路11号十堰市规划局建设工程科(邮编: 442000)  
附件: “规划总平面图”、“效果图及建筑单体图”(详见项目现场张贴或规划网站)

十堰市规划局  
2019年1月28日

## 市民政局 扎实开展换届选举工作

本报讯 见习记者王莹 通讯员肖厚国报道:1月25日下午,市民政局召开机关党委扩大会议,扎实开展局机关党委和机关纪委换届选举工作。该局班子成员、调研员、机关和局属各党支部(总支)支委和党员共100余人参加了换届选举。

为加强全体党员党风廉政建设,营造风清气正的过严环境,严防“四风”问题反弹,会前,全体党员集中观看了党风廉政建设警示教育片。

在随后召开的机关党委扩大会议中,会议宣读了市直机关工委对市民政局机关党委和机关纪委换届选举的批复文件,审议通过了市民政局新一届机关党委工作报告,大会选举办法(草案)和换届选举监票人、计票人、唱票人名单。随后,与会的100余名党员通过无记名投票的方式选举产生了新一届机关党委委员和机关纪委委员,并将选举结果上报市直机关工委。

市民政局党组书记、局长卢燕表示,新一届机关党委、机关纪委班子开展换届工作,作风务实,具有比较丰富的党内生活经验和党务工作经验,相信新一届机关党委、机关纪委班子一定能把局机关党建工作提高到一个新的水平,推动各项工作高质量发展。希望全体党员一如既往地支持和配合机关党委和机关纪委建设工作,同舟共济,群策群力,不断开创机关党建和党风廉政建设新局面。

## 市民信访局 扎实做好信访工作

本报讯 通讯员徐金龙报道:1月25日下午,市委副书记、市长、市民信访局长韩俊主持召开全委大会,传达学习市委五届六次全体(扩大)会议暨全市经济工作会议精神和,研究部署贯彻落实措施。

会上,韩俊就如何抓好贯彻落实会议精神进行了安排部署。韩俊强调,要准确把握会议提出的总体目标和要求,以抓铁有痕、踏石留印的力度抓好信访工作落实。一是统一思想,牢固树立“四个意识”,坚定“四个自信”,践行“两个维护”,准确把握会议精神,在学懂弄通做实上下功夫,真正把学习贯彻成果转化为推进信访工作体制机制改革的举措和行动。二是把贯彻落实此次会议精神和做好信访工作紧密结合起来,自觉思学、谋划和行动2019年各项工作,确保开好局、起好步。三是严格落实全面从严治党各项要求,强化政治担当,切实提高工作能力和水平,认真做好信访重点工作,妥善处理好各类信访问题,积极营造和谐稳定的社会环境。

## 方滩乡 举办财政财务管理培训会

本报讯 通讯员曹勇报道:当前各级财政加大对农村经济的支持,扶贫专项资金规模不断加大,为进一步提高资金使用效率,加强农村财务支出管理,做好政务公开和民主管理,1月25日上午,张湾区方滩乡对2个村的党支部书记、村委会主任、报账员及乡财政所相关工作人员进行了农村村财管理知识培训。

此次培训,从农村财务管理现状及工作人员实际需求出发,主要针对该村“三资”管理、财务核算、农村专业合作社建设等方面存在的问题,采用专题讲解的模式,邀请了张湾区财政局、经管局专家围绕农村集体“三资”管理、农村财务管理及实施方案、农村专业合作社规范化建设三个方面,结合实际案例对扶贫资金管理、规范性报账、债务清理、大型固定资产处理、资产台账建立、项目建设、资源发包、农民专业合作组织的规范化建设等方面进行详细讲解。培训会还,乡财政所工作人员讲授村级会计实务、财务管理存在问题整改、票据管理、财务报账及资金管理等方面知识,并结合报账员工作中遇到的问题针对性解答。

通过培训,极大提高了该乡报账员财务管理能力,开阔了视野,更新了知识,更重要的是增强了处理疑难问题、应对复杂局面的能力,为建设农村专业化财会队伍、进一步落实乡村振兴战略奠定了坚实基础。

## 中国人保“心服务” 伴您欢喜过大年

本报讯 记者刘奇报道:新年伊始,为了给广大人群提供更好的服务保障,2019春节期间,中国人保再度推出以“心服务”命名的主题活动——“中国人保心服务伴您欢喜过大年”,持续打造“心服务”品牌,让服务更有温度,让理赔更简单,以实际行动履行“人民保险、服务人民”的使命。

此次主题活动1月28日开始至2月19日结束,重点面向入保客户推出警保联动快处快赔、线上线下出行服务、私家车免费安全检测、空地一体保驾护航、春节理赔绿色通道五大主题理赔服务,部分项目的服务还拓展到扩展至包括非入保客户在内的全部出行人群。

“让服务更有温度,让理赔更简单”是人民保险系列活动不变的主题。本次“中国人保心服务伴您欢喜过大年”能否再次为民众送上不期而遇的温暖和惊喜,让我们拭目以待。联系电话:0719-8661016 或 95518。

## 临时股东会通知

经董事会研究决定,十堰市佳宏达五金有限公司定于2019年2月28日上午9时在世纪百盛武当雅阁国际大酒店(茅箭区北京中路78号)二楼第七会议室召开临时股东会,审议并表决公司解散清算事项,请各位股东相互转告并按时参加。

十堰市佳宏达五金有限公司  
2019年1月28日

**推动烟草信用体系建设 构建十堰法治烟草环境**

卷烟打假 举报有奖

十堰市烟草专卖局打假举报电话: 12313 13635721111

## 市烟草专卖局 多项工作受到上级表彰

本报讯 通讯员夏阳报道:1月24至25日,在湖北省烟草专卖局召开的2019年工作会上,十堰市烟草专卖局多项工作受到肯定和表彰,荣获全省系统2018年度“党建工作先进单位”、“烟叶工作先进单位”“新闻宣传”工作先进集体、“档案管理工作先进集体”等称号。

自去年以来,市烟草专卖局坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,以党的十九大精神为引领,紧扣发展核心指标,团结奋进,攻坚克难,扎实推进改革创新,较好地完成了各项年度目标任务,开创了“税利指标全面完成、基层建设成效显著、烟叶生产稳中有升、新闻宣传持续改进、档案管理规范有序”的新局面。

新的一年,市烟草专卖局将持续深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,以党的十九大精神为引领,围绕中央经济工作会议和市委、市政府工作部署,坚持“强基础、利长远、抓规范、谋跨越”长期工作思路,以建设现代化烟草经济体系为导向,以“改革创新攻坚年”工作为主线,全方位提升生产经营管理工作质量,不折不扣完成年度目标任务,奋力推动全市系统向着高质量发展和跨越发展目标迈进。

**兴业银行 错过一季 再等一年**

利率高达 4.18%

收益率高: 每月支付利息, 零利计息  
 快速方便: 多渠道销售, 手机银行、网银、柜台  
 安全保障: 保本保息, 纳入存款保险

稳定的存款, 稳稳的收益!