

如何做好个人防护

超市、农贸市场、网购……

疫情当前,个人防护不能忽视。那么,市民在购物时如何做好防护? 11月23日,陕西省人民医院感染控制办公室主任主治医师樊小宝针对这些问题,给大家划出防护要点。

超市的环境相对密闭,农贸市场人员密集,戴口罩是防止飞沫传播的最好防护措施。因此,外出购物时一定要正确佩戴口罩,并确认口罩的密闭性。除了戴口罩外,还可携带免洗手消毒液和消毒湿巾。在购物场所尽量避免触摸公用物品,不要用未清洁的手触碰口、眼、鼻。要遵守咳嗽礼仪,咳嗽、打喷嚏时用纸巾捂住口鼻,无纸巾时用手肘代替,纸巾不要乱丢。

居家隔离对比居家健康监测 两种居家有何不同

11月22日,国务院联防联控机制新闻发布会上解答了居家隔离和居家健康监测的区别。目前,解除集中隔离的密接由“3天居家隔离”改为“3天居家健康监测”;结束闭环作业的高风险岗位从业人员由“7天集中隔离或居家隔离”改为“5天居家健康监测”。两种“居家”不同之处一览表——

	居家隔离	居家健康监测
适用对象	<ul style="list-style-type: none"> 1 密接中的特殊人群 2 解除集中隔离后的密接/入境人员 3 高风险区外溢人员 4 经评估无法进行集中隔离医学观察的人员 	<ul style="list-style-type: none"> 1 结束闭环作业的高风险岗位从业人员 2 感染者出院(舱)人员 3 经评估需进行居家健康监测的人员
共同居住人	一并遵守居家隔离要求 禁止外出	不限制活动 避免密切接触即可
外出限制	赋码管理并禁止外出	非必要不外出
居住场所	<ul style="list-style-type: none"> 1 保持相对独立 2 设置非接触式传递物品交接处 3 使用分体空调 如使用集中空调需关闭回风 	尽量保持相对独立
核酸检测	社区上门做核酸 并按要求完成抗原自测	根据防控要求配合完成
就医方式	社区安排专人专车	避免乘坐公共交通工具
卫生要求	<ul style="list-style-type: none"> 1 保持通风 不能自然通风的 用排气扇等机械通风 2 餐具、日用品按规范消毒 煮沸、使用消毒液 	定期通风消毒
垃圾处理	社区每天至少清理一次	自行处理

注:居家隔离人员是哺乳母亲时,在做好个人防护的基础上,可以继续母乳喂养婴儿。



两部门推出16条金融举措 促进房地产市场平稳健康发展

新华社北京11月23日电(记者 吴雨)中国人民银行、银保监会23日公布《关于做好当前金融支持房地产市场平稳健康发展工作的通知》,推出16条金融举措,促进房地产市场平稳健康发展。

两部门当日公布的通知明确,坚持房子是用来住的、不是用来炒的定位,全面落实房地产长效机制,因城施策支持刚性和改善性住房需求,保持房地产融资合理适度,维护住房消费者合法权益,促进房地产市场平稳健康发展。

为保持房地产融资平稳有序,通知提出,稳定房地产开发贷款投放,支持个人住房贷款合理需求,稳定建筑企业信贷投放,支持开发贷款、信托贷款等存量

融资合理展期,保持债券融资基本稳定,保持信托等资管产品融资稳定。

在“保交楼”金融服务方面,通知提出,支持国家开发银行、中国农业发展银行按照有关政策安排和要求,依法依规、高效有序地向经复核备案的借款主体发放“保交楼”专项借款,封闭运行、专款专用,专项用于支持已售逾期难交付住宅项目加快建设交付。同时,鼓励金融机构提供配套融资支持,推动化解未交楼个人住房贷款风险。

为配合做好受困房地产企业风险处置,通知还提出做好房地产项目并购金融支持,鼓励商业银行稳妥有序开展房地产项目并购贷款业务,重点支持优质房地产

企业兼并收购受困房地产企业项目。

在依法保障住房金融消费者合法权益方面,通知提出,对于因疫情住院治疗或隔离,或因疫情停业失业而失去收入来源的个人,以及因购房合同发生改变或解除的个人住房贷款,金融机构可按市场化、法治化原则与购房人自主开展协商,进行延期展期等调整。同时,切实保护延期贷款的个人征信权益。

此外,通知提到阶段性调整部分金融管理政策,延长房地产贷款集中度管理政策过渡期安排,阶段性优化房地产项目并购融资政策。通知还加大了住房租赁金融支持力度,提出优化住房租赁信贷服务,拓宽住房租赁市场多元化融资渠道。

探日卫星“夸父一号”首次发布科学图像

新华社南京11月24日电(记者 王珏 张泉)记者从中国科学院紫金山天文台获悉,我国综合性太阳探测专用卫星“夸父一号”近日获得太阳硬X射线图像,并对外发布。这也是“夸父一号”升空后首次发布科学图像。

据悉,这是目前国际上唯一以近地视角拍摄的太阳硬X射线图像,其图像质量达到国际先进水平。

“夸父一号”首席科学家甘为群介绍,此次发布的图像是对11月11日1时(世界时)爆发的一个M级太阳耀斑的成

像,由卫星载荷硬X射线成像仪(HXI)拍摄。虽然还在测试期,但成像效果已经非常优异,从中可以识别出爆发细节和太阳的精细结构。

“夸父一号”卫星全称先进天基太阳天文台(ASO-S),是一颗综合性太阳探测专用卫星,于2022年10月9日在酒泉卫星发射中心成功发射。卫星科学目标为“一磁两暴”,即同时观测太阳磁场及太阳上两类最剧烈的爆发现象——耀斑和日冕物质抛射,并研究它们的形成、演化、相互作用、关联等,同时为空间天气

预报提供支持。硬X射线成像仪是卫星三大载荷之一,由中国科学院紫金山天文台牵头研制,承担着“一磁两暴”中观测太阳耀斑非热辐射的任务。

硬X射线成像仪载荷主任设计师张哲、数据科学家苏杨介绍,“夸父一号”入轨一个多月以来,硬X射线成像仪开展了各项在轨测试和定标工作。目前,该载荷状态正常,各项功能、性能均满足设计指标要求,已顺利投入科学观测活动。在完成后续定标后,载荷成像质量预计还将进一步提高。

我国医学团队在心肌精准诊疗基础转化领域取得新突破

新华社哈尔滨11月24日电(记者 杨思琪)急性心肌梗死是导致全世界人口死亡的主要原因之一,心肌梗死后心衰发生率高且预后差。记者24日从哈尔滨医科大学附属第二医院了解到,该院心内科于波教授团队在心肌免疫表观机制研究方面取得新突破,为心肌精准心脏保护策略提供全新思路。

于波介绍,心肌梗死引发复杂的炎症级联反应,其中单核巨噬细胞中修复信号的及时启动,对于控制心肌梗死初始炎症损伤和梗死后修复过程至关重要。

团队研究成果首次明确心肌梗死单核细胞修复基因的早期编程模式,以及组蛋白乙酰化修饰调控修复性信号的作用机制,证实基于该免疫表观机制的靶向调控,可改善心肌梗死及缺血再灌注后的心脏修复及心功能。

中国病理生理学会理事长、北京大学第三医院教授张幼怡认为,这一研究揭示了组蛋白乙酰化可以促进单核细胞修复基因的早期远程启动,营造了有利于心肌梗死修复的免疫稳态环境,从而改善心肌梗死及缺血再灌注后心肌损伤及心脏重构,这

是对心肌梗死内源保护机制的研究突破。

据介绍,该研究为改善心肌梗死后心脏修复提供了新的思路 and 理论基础,有望助力解决临床心肌梗死后心衰及预后不良的防治难题,具有重要的临床应用价值和转化潜力。

据悉,于波教授团队长期致力于心肌梗死精准诊疗的临床及基础转化研究。该研究是其心肌梗死免疫损伤机制及靶向干预领域的一项重要成果,日前在国际心血管领域权威专业期刊《循环研究》作为封面文章刊发。



11月21日,市民游客在西安昆明池七夕公园乘坐画舫游览。时值初冬,候鸟嬉戏觅食,芦苇随风摇曳,与波光粼粼的水面相映成趣。 杜成轩 摄

A 去超市购物时如何做好防护

消费者应选择正规经营、防控措施落实到位的超市。进门可以观察超市是否实施通风换气,是否落实人员分流、健康监测等防控措施。

如果超市有电梯,要避免乘坐厢式电梯。避开人多拥挤的选购区域,尽量不要使用购物车等容易造成交叉污染的设备,如需要使用,可以用自带的消毒湿巾擦拭后再使用,也可以戴一次性手套购物。

购物时,尽量不要直接用手触碰食物,可以将购物小袋套在手上选购。购买肉类和海鲜等生

冷食物时,要与果蔬、熟食等食物分开包装。

每次外出最好购买足量,尽量减少购买的次数。尽量避开高峰时段,提前列出购物清单,不在超市内闲逛、闲聊,缩短选购商品的时间。购物时与他人保持一米以上安全社交距离,且推荐自助购物,尽量使用移动支付结账。

购物结束后,注意做好手消毒。带有外包装的物品可以直接去掉包装袋,或用消毒剂喷洒表面后再取出,购买的食物彻底做熟方可食用,水果、蔬菜要清洗干净,必要时可用专用清洗剂清洗。

B 去市场购物时如何做好防护

有的农贸市场为室外场所,一些市民群众可能会放松警惕,出现佩戴口罩不规范的情况。为此,樊小宝提醒,农贸市场人员密集,要全程规范佩戴口罩。

错峰采购,避免人群聚集。可自备购物袋,不仅环保,还可减少接触传播。购买肉类、生禽时,

可请摊主戴着手套拿起肉类、生禽供挑选,顾客尽量不要用手直接接触。避免拉下口罩与摊主沟通或品尝进食。对照购物清单,快速挑选货物,尽量缩短停留时间。不去人群聚集的货架或摊位,选择自助结账、无接触付款等方式进行结算,注意与他人保持一米以上安全社交距离。

C 网上购物如何做好防护

网上购物虽然没有直接接触,但樊小宝提醒,近期疫情形势复杂,网上购买物品时,尽量避免通过代购、海淘等途径购买来源不明的货品。

网购商品到货后,收快递时要戴好口罩,

最好佩戴一次性手套。建议使用快递柜接收快递,取快递时,可将外包装直接扔进垃圾箱。取回快递后,注意手卫生,使用流动水和肥皂或洗手液及时洗手。

D 超市农贸市场也要做好防控

除了消费者做好个人防护措施,超市和农贸市场也应落实责任,做好防控工作。

超市要加强室内通风换气,保持空气流通,对场所、环境和设施设备进行消毒清洁。工作人员实行每日自我健康监测制度,不带病上岗。在超市入口处要提醒顾客佩戴口罩,并在醒目位置张贴健康提示,做好扫码验码、体温检测。做好入场人员流量把控,通过预约、错峰、限流等方式减少人员聚集。收银台、服务台制定合理的人员路线和分流措施,减少人员聚集。超市要做好查验并留

存食品溯源凭证、检验检疫合格证明文件,禁止贮存来源不明、无合格证明文件。在购进、销售进口冷链食品时,做到“凭码入库、亮码销售”。

对农贸市场而言,除分流、查验、工作人员健康监测等基本防疫措施外,还要加强室内空气流通,顶棚式或露天市场交易区应宽敞通风,室内市场在温度适宜时,尽量采用自然通风或使用抽气扇加强空气流通。要加强地面、摊位等清洁消毒,市场每天结束经营活动后,开展一次全面清洁消毒。(据西安发布)



“米袋子”不愁 “菜篮子”管够

近期,安康市疫情防控形势复杂严峻,为全力保障生活必需品供应充足、价格稳定,安康市商务局积极统筹协调,加强督导检查,坚决守好居民“米袋子”“菜篮子”。

目前,安康市生活必需品供货渠道畅通,物资供应充足,能够满足居民生活需求。已从云南、山东、成都及我省周边等地调运蔬菜495吨,同时,本地的白菜、萝卜等时令蔬菜也大量上市,居民可放心按需购买必要生活物资。 张松 摄

新闻直通车

校外培训行政处罚暂行办法征求意见

据新华网 教育部11月23日发布《校外培训行政处罚暂行办法(征求意见稿)》,共6章43条,面向社会公开征求意见。

征求意见稿提出,自然人、法人或者其他组织未经审批开展校外培训,符合(一)线下培训有固定的培训场所,线上培训有特定的网站或者应用程序;

(二)有2名以上,即从业人员;(三)有相应的组织机构的,即构成擅自举办校外培训机构,由所在地县级人民政府校外培训主管部门会同同级公安、民政或者市场监督管理等有关部门责令停止举办、退还所收费用,并对举办者处违法所得一倍以上五倍以下罚款。

此外,通过即时通信、网络会议、直播

平台等方式有偿开展校外培训的,利用居民楼、酒店、咖啡厅等场所开展“一对一”“一对多”等校外培训的,以咨询、文化传播、素质拓展、思维训练、家政服务、家庭教育指导、住家教师、众筹私教、游学、研学、夏令营、托管等名义开展学科类培训的变相校外培训行为,也将根据情节严重程度受到相应处罚。

我省两单位7项成果斩获国际质量金奖

本报讯(记者 赵院刚)11月22日,记者从省质量协会获悉,国网陕西省电力公司和中核陕铀公司的7项QC小组课题荣获第47届国际质量管理小组会议(ICQCC)成果交流发布会金奖。

据悉,国际质量管理小组会议(ICQCC)被誉为“质量奥林匹克”,由缔约

国轮流主办,每年都会吸引世界各地的精英QC小组参与。本届大会于11月16日、17日在印度尼西亚首都雅加达举行,来自中国、新加坡、日本等13个国家和地区的近800个质量管理(QC)小组以现场或在线形式参与成果评比。我国共选拔189个来自电力、航空航天等领

域的优秀QC小组参与角逐。

中核陕铀公司的2个QC小组,国网陕西省电力公司的5个QC小组课题荣获成果交流发布会金奖。其中,国网西安供电公司网络达人QC小组、国网咸阳供电公司众创空间QC小组以分会场第一的成绩荣获“首金”。

铜川新区泊车位暂停收费

本报讯(记者 王何军)11月23日,铜川城市智慧停车(铜川西腾软件技术有限公司)发布通知,自即日起,对所属泊车位免收停车费,共筑疫情防控屏障。

据悉,该公司此举旨在配合疫情防

控工作顺利进行,彰显国企担当,积极承担社会责任,急群众之所急,解群众之所需。此次免收范围为铜川新区范围内路侧停车位、正大路便民停车场、长丰北路便民停车场的所

泊车位。免费时间自11月23日7时起,具体恢复收费时间将另行通知。如有疑问可拨打客服电话0919-7896688或通过“铜川智慧停车”微信公众号进行咨询。