

国务院联防联控机制权威回应:坚持“动态清零”提高科学精准防控水平

□新华社记者 董瑞丰 彭韵佳

当前,我国仍面临境外新冠肺炎疫情影响和本土疫情传播扩散的双重风险,防控形势依然严峻复杂。国务院联防联控机制11月5日举行新闻发布会,强调坚持“外防输入、内防反弹”总策略和“动态清零”总方针不动摇,要严格执行第九版防控方案和“九不准”要求,提高科学精准防控水平,切实保障群众正常生产生活秩序,防止简单化、“一刀切”,坚决整治“层层加码”。

坚持“动态清零”总方针不动摇

发布会上,国家疾控局传染病防控司二级巡视员胡翔介绍,近日全国疫情继续呈现点多、面广、频发特点,乌鲁木齐、呼和浩特、广州、郑州、福州、兰州等省会城市发生了聚集性疫

情,局部地区出现了疫情反弹。

“目前,新疆、内蒙古疫情防控攻坚行动已取得初步成效,广东、福建、黑龙江、河北、河南局部暴发疫情正在逐步趋稳,其他省份的疫情多点散发,全国疫情总体可控。”胡翔表示。

据介绍,当前我国发生新冠肺炎聚集性疫情风险依然存在,存在新冠肺炎疫情与流感疫情叠加的可能。

胡翔表示,我们坚持“动态清零”总方针不动摇,在总结各地疫情防控实践和政策实施效果的基础上,组织专家根据病毒潜伏期、传播力、致病力的变化,不断优化完善疫情防控措施,提高科学精准防控水平,进一步统筹好疫情防控 and 经济社会发展。

督促各地提高科学精准防控水平

近期,部分地区疫情防控简单化、“一刀切”和“层层加码”的现象有所抬头。

国家疾控局监督一司二级巡视员妥佳介绍,根据群众反映,违反“九不准”规定的问题主要集中在三个方面:一是对来自低风险地区人员采取强制劝返、隔离等限制措施;二是随意将限制出行范围由中高风险地区扩大到其他地区;三是随意扩大采取隔离管控措施的风险人群范围。

此外,一些地方处置疫情时还存在隔离场所收费,随意静默、“封城”代替管控,以赋码弹窗的形式限制人员出行等情况。

据介绍,国家卫生健康委、国家疾控局高度重视群众的投诉工作,每日及时转办、督办地方核查处理群众反映的问题。

“必须坚决果断、科学精准做好当前的疫情防控工作,坚决清理和制止各种形式的防控简单化、‘一刀切’和‘层层加码’行为,有关部门将及时通报并督促整改,整改不到位、不落实的,依法依规严肃问责。”妥佳说。

当前疫情防控策略仍然有效

奥密克戎传播速度快、隐匿性强,研究显示,新的变异株传染性更强,导致防控难度不断加大。当前的防控策略和措施是否仍然有效?

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强表示,我国目前的疫情防控策略运用得当,能够有效控制新冠变异株的传播和疫情暴发。目前采取的防护措施包括戴口罩、手卫生、社交距离等,对控制病毒传播、预防感染还是非常重要的手段。

“新冠病毒感染后可诱发一系列基础病的加重,这是一个很重要的特点,我们不能忽视。”王贵强说,目前已经有了抗新冠病毒药,所以对新冠肺炎的治疗要积极,尤其是有基础病的老年人,更要早期进行干预,避免病情恶化。

(新华社北京11月5日电)

中星19号卫星入轨 将主要提供通信和互联网接入等服务

新华社北京11月5日电(记者胡喆 宋晨)11月5日晚间,长征三号乙运载火箭在西昌卫星发射中心点火起飞,随后将中星19号卫星准确送入预定轨道,发射任务取得圆满成功。

中星19号卫星由中国航天科技集团有限公司五院抓总研制,是一颗高通量通信卫星,具有传输速率快、覆盖范围广等特点。该星采用我国自主研发的东方红四号增强型卫星平台,主要提供通信和互联网接入等服务。中星19号卫星涵盖了C、Ku和Ka等多频段通信载荷,可以更好服务于远洋运输通信、航线互联网等业务。

“高通量卫星,它的优势是带宽非常宽,传输速率非常快。”中星19号卫星主任设计师赵光讲述了卫星的优势,“相当与我们在家上网,网络由2G、3G到了5G,带宽越宽,下载视频或者是进行视频通话,就会更加顺畅,体验就会更好。”

除了传输速率的优势,中星19号卫星还有更广的通信服务范围,可覆盖跨太平洋航线、东太平洋海域及北美西海岸,为用户提供语音、数据等通信服务。“我国首颗高通量卫星中星

16号主要是覆盖我国大部分地区,现在的中星19号卫星覆盖的主要是到北美的航线,能够将我国的高通量业务覆盖到更广的范围。”赵光介绍说。

更广的覆盖范围可以带来更好的通信服务。“比如说,在一个航线上,你在通信卫星的覆盖区范围内,可以上网。如果飞机不在通信卫星的覆盖区,可能你的手机就上不了网了,等到下一个卫星能够覆盖的时候,才能继续上网。”赵光说,“我们努力把高通量卫星的覆盖区范围进行再扩大,让全程全航线都能够享有这种互联网的服务。”

据悉,中国航天科技集团有限公司所属中国卫通负责采购并在轨运行管理中星19号卫星。

执行此次发射任务的长征三号乙运载火箭是长征三号甲系列运载火箭家族中的一员,是由航天科技集团一院抓总研制的三级液体运载火箭,主要用于发射地球同步转移轨道卫星,亦可进行一箭多星发射或其他轨道卫星的发射。在本次任务中,研制团队依托远程辅助测试系统,首次在北京组织完成了气象数据获取等发射前的重要工作,不断增强任务适应性。



白鹤滩水电站 10 号机组 投产发电

11月5日,这是白鹤滩水电站。11月5日18时55分,白鹤滩水电站10号机组顺利通过72小时试运行,正式投入商业运行,这是白鹤滩水电站投产发电的第15台百万千瓦水轮发电机组,标志着白鹤滩水电站进入了全面投产发电的最后冲刺阶段。

白鹤滩水电站位于四川省宁南县和云南省巧家县交界的金沙江干流河段上,总装机容量1600万千瓦,是我国实施“西电东送”的国家重大工程,共安装16台我国自主研制的全球单机容量最大功率百万千瓦水轮发电机组。

新华社发(闫科任 摄)



技术装备展区科技赋能魅力足

11月5日,参观者在第五届进博会技术装备展区体验一款VR游戏座椅。第五届中国国际进口博览会于11月5日至10日在上海举办,其中的技术装备展区汇聚前沿技术和高端装备,集中展示行业智能化、低碳化等新成果。

新华社记者 方喆 摄

一天喝多少水最合适？

当水的摄入量远远超过身体排出量时,过多的水分就会滞留在机体中,导致血浆被稀释,从而使血浆中的钠离子浓度降低。这种现象叫做稀释性低钠血症。正常情况下,身体中细胞内外的钠离子浓度处于平衡状态。但当喝水过多时,细胞外的钠离子浓度比细胞内的更低,为了保持细胞内外的浓度平衡,细胞外的水分会流向细胞内,导致细胞膨胀。则可能会导致脑水肿,出现头痛、嗜睡、视力模糊等症状。

喝水多了会伤胃吗？

我们平时摄入的水,大多数都是通过尿液排出体外的,所有的尿液都是经过肾脏过滤形成的。当喝水过多或过快时,肾脏就需要过滤出更多的尿液排出体外,增加肾脏的工作量。所以,为了肾脏的健康,喝水不宜过多或过快。对于心脏功能不好的人来说,喝水过多而不能及时排出体外的话,会使心脏负荷加重,导致心脏功能下降甚至心脏衰竭等危及生命。另外,喝水过多还会导致腹痛、腹胀、腹泻等消化道并发病以及电解质紊乱引发的头晕眼花等症状。

一天能只喝一点水吗？

身体对水的依赖和需求是十分敏感的,哪怕只有1%的水分补充不足,身体也会感受到缺水,表现出不舒服的症状。当身体缺水时,首先会感觉口渴、焦虑烦躁、头疼困顿等,随着缺水程度的增加,可能会有发热、皮肤弹性减弱、血压下降、晕厥等症状,严重时可致死。日常补充水分要适量,喝水过多或过少都不科学。

一天喝多少水最合适？

对于健康的成年人,推荐每日补水量为1500ml-1700ml;处于不同年龄段的儿童,推荐饮水量少于成年人,且

随着年龄增加而适当增加。具体的饮水量还要根据劳动强度、出汗多少以及气温情况进行合理的增减。

除此之外,还需要注意以下几个方面:

- 1.尽量选择白开水、矿泉水以及纯净水,不要用含糖饮料代替。
- 2.最好喝20-30℃的温开水,不要超过50℃。人体食道黏膜不能耐受很高的温度,超过50℃的水会损伤黏膜。
- 3.少量多次也是科学喝水的一个重要原则。不要一次性喝太多也不要喝太快。

怎么判断自己喝水够不够？

可以通过尿液的颜色来判断,这是一个简单可行的办法。正常的尿液呈现出淡黄色,类似柠檬黄。如果尿液颜色正常,则基本认为补水量合适,应继续保持。如果尿液呈现深黄色甚至褐色,说明补水量太少,身体处于缺水状态,应及时补充水分。如果尿液透明无色,则说明补水过量,应适当减少喝水量。但是,尿液的形成及排出需要一定的时间,通过尿液颜色来判断身体的水分状态是相对延迟的,最好是使用固定容量的水杯喝水,估算每天的喝水量。

综上,喝水过量会增加肾脏的负担,但是不能减少喝水量或者不喝水,对于健康的成年人来说,每日补水量最好达到1500ml-1700ml,少量多次饮水最佳。



便民信息港

出租房屋 市二中附近楼房一处,三楼,102平方米,拎包入住,今年暖气费已交。 联系人:小芳 联系电话:15848326788 15048141718	出租房屋 出租时代广场公寓B座南北通透阳台,100平方米精装修,家电家具齐全,拎包入住,另出租金裕市场商铺,118平方米左右,水电齐全,联系电话:18247377773	专业刮腻子 专业刮腻子,价格合理。 联系电话:15504733148	乌海金荣钢构彩板制品工程公司 承接设计:安装加工钢结构、储煤棚、厂房、临建办公室、防风网、轻钢造型、防盗门、窗户、设备制品、土建等工程。(集装箱房、市政围栏现货租售) 地址:乌海市机场路3km处(9号巷-2) 联系电话:0473-8888088 18847379888	乌海市邦尼家政服务有限公司 本公司是一家综合性家政服务公司,业务范围:水电暖维修、管道疏通、装修设计、汽车养护。联系电话:0473-8888821 地址:海勃湾区正远南门商铺
出售商铺 位于海勃湾区盈泽元商厦3楼电梯口位置商铺出售,23.6平方米,售价32万元。 联系电话:15332738612 李女士	出租房屋 宜化公寓B座,50平方米,精装修,家具电器全新,18000/年。 联系电话:18847121902 15754992276	超亮LED显示屏公司 代理:强力巨彩LED显示屏,大华拼接屏,全息投影,海信一体机广告机。 招聘业务员,待遇丰厚。 联系电话:15332736780	懿峰国际酒店出租 乌海原滨河国际大酒店建筑面积2.3万平方米,有客房128间;各类雅间22个;多功能宴会厅、西餐厅4个;多功能会议厅4个;KTV包厢12个。另有185个车位的停车场。现酒店面向社会整体出租。地址:乌海市海勃湾区市府大道11号 联系人:张总 13904739119 郝总 13847368385	内蒙古亿尚达会计事务有限公司乌海经荟会计事务所 代理行政、事业、企业单位记账、报税、财务审计,资产评估、工程造价及预算,公司注册、纳税申报、财税咨询,会计培训,提供真账实习,招聘各行业会计。 地址:海勃湾区人民北路凤凰岭街道办事处院内三楼 联系人王经理:13134731682 15104738989
出租商铺 黄河东街临街二楼176平方米,简装,长期出租。 联系电话:15604736788 文先生	出售房屋 1.建设路鸿园小区步梯3楼107m²精装3室63万元。2.银泰尚水湾步梯3楼140.5m²简装3室84万元。3.区法院住宅步梯2楼74m²简装3室39万元。(中介勿扰) 联系电话:13171311349	招 聘 伟星管乌海运营中心诚招业务员10名,售后服务专员2名,工资面议。诚招海南区乌达区一级代理商各1名,销售产品丰富优势,公司政策辅助开拓市场优势。联系电话:18847393399 张	出售房屋 现出售滨河领域小区楼房一套,139.16平方米六楼(总高六层)电梯楼。西沿黄河,东邻运动公园,周围有八幼、十三幼、滨河小学等公共教育资源,蒙中医院、妇幼保健院等公共医疗覆盖,各种生活配套设施齐全,小区外围有特长培训、健身场馆、大型超市等。 诚意者联系:13904735279	河北君维环保科技有限公司 各类烟气、废气净化治理,烟气消白治理,冷却塔消雾节水技术、填料更换回收,玻璃钢储罐、脱硫塔、净化塔,玻璃钢管道、管件,喷沙除锈、防腐衬里等玻璃钢制品。 联系电话:13932956158(河北) 15804739819(乌海)
出售房屋 京海城步梯(五楼)111平方米,三室两厅,家具等设施齐全,拎包入住。 联系电话:18047652126	出租房屋 现有一套57平方米万达公寓欲出租,设施齐备,拎包入住。紧邻万达商场、一幼,地理位置优越,出行方便。 联系电话:15174739565	风帆蓄电池乌海总代理 风帆有限责任公司乌海地区指定代理商,负责风帆电瓶在乌海地区销售与售后,享受全国联保,拒绝假货,请从厂家授权代理商处进货。 联系电话:0473-6902885 15647381335 15647351015	刊登商业广告、分类栏目广告 收费标准请咨询 0473-2028915	
烏海日报 面向广大读者				