

国务院联防联控机制： 我国本轮疫情基本结束

据新华社电 近期,我国防控形势总体向好,平稳进入“乙类乙管”常态化防控阶段,各地疫情呈局部零星散发状态。本轮疫情是否已经结束?新变异株是否可能引发新一轮感染高峰?围绕公众关注的热点,国务院联防联控机制23日举行新闻发布会作出回应。

我国本轮疫情基本结束

我国本轮疫情是否已经结束?国家卫生健康委疫情应对处置工作领导小组专家组组长梁万年介绍,从公共卫生的角度看,疫情可按流行强度分为散发、暴发、流行、大流行四类。判定是否走出疫情大流行,主要有疾病感染率、人群免疫水平、病毒质变情况、门急诊的诊疗量和住院及死亡情况、整体防控能力等五个重要指标。

梁万年表示,我国经受住了这一轮疫情的考验,建立了较好的人群免疫屏

障,可以说本轮疫情基本结束,现在的感染是处在零星的局部散发状态。

老年人新冠疫苗接种覆盖率达96.1%

国家疾控局监测预警司司长杨峰在发布会上介绍,截至目前,我国60岁以上老年人的新冠疫苗接种覆盖人数为24168.8万人,以2022年底全国老年人专项摸底调查人口数为基数统计,我国老年人新冠疫苗接种覆盖率达到96.1%。

杨峰表示,疫苗接种是新冠疫情防控的重要措施和手段。国务院联防联控机制根据国内外疫情形势和疫苗研发进展,及时科学合理制定并不断调整新冠疫苗接种政策,分步做好各类人群接种。

没有发现XBB.1.5致病力增加

中国疾控中心传防处研究员常昭瑞在发布会上表示,目前,我国在新冠

病毒变异株检测中如发现首次报告、重点关注的国际流行毒株,都会进行感染个案调查、核心密接调查,并开展风险研判,一旦发现传播力、致病力或毒力增强的新型变异株,及时按照相关方案采取措施。

据介绍,自2023年1月8日我国实施新冠病毒感染“乙类乙管”以来,通过监测已发现数例由输入病例引起的本土关联XBB.1.5病例,没有再发现续发病例。

据国外监测数据,虽然XBB.1.5传播力较强,但个体感染XBB.1.5后出现的症状与其他奥密克戎毒株症状相似,没有发现其致病力增加。

常昭瑞表示,我国刚刚经历了疫情大流行,人群体内留存的中和抗体会在短期内提供免疫保护,专家研判分析认为,近期引发新一轮规模流行的可能性较小。

内蒙古煤矿坍塌事故 目前尚有49人失联

据新华社电 记者23日从内蒙古自治区应急处指指部在事故现场召开的新闻发布会上获悉,截至2月23日14时,新井煤矿边坡坍塌事故中4人死亡,6人受伤,49人失联。

内蒙古自治区应急处指指部抢险救援组组长、内蒙古自治区应急管理厅厅长常志刚介绍,事故发生后,内蒙古自治区迅速启动应急预案,成立应急处指指部,实行提级指挥,统一调度,调集救援力量。从22日下午开始,国家应急管理部委派的救援专家,以及多地派出的支援力量、专家团队、专业队伍、医疗资源陆续抵达救援现场。截至23日11时,已出动救援器械车辆156台(辆),到位救援队伍19支、救援人员919名、安全生产专家19名。全力克服坍塌面积大、存在次生灾害隐患等困难,组织专家现场踏勘评估、优化救援方案,开展生命体征探测、坍塌土方清运、作业面拓展等工作,密切监测边坡位移变化,确保科学救援、安全救援。目前,救援处置工作正在有序推进。

22日下午,国家卫健委派出的国家紧急医学救援队神经外科、胸外科、骨科和急诊等领域专家抵达新井煤矿,会同收治医院医务人员组成医疗救治专家组,一人一策制定诊疗方案,全力开展救治工作。截至23日11时,1名重伤人员生命体征平稳,5名轻伤人员情况良好。

在善后方面,当地已经详细梳理失联人员及其亲属信息,抽调专门的工作人员组成工作专班,按照一家一专班原则,积极稳妥做好抚慰安置等工作。

关于边坡坍塌的具体原因,正在进一步调查中,公安机关已介入调查,相关人员已控制,后续将适时公布调查结果。

科技 我国首颗超百Gbps容量高通量卫星成功发射

据新华社电 2月23日晚间,由中国航天科技集团有限公司所属中国运载火箭技术研究院抓总研制的长征三号乙运载火箭在西昌卫星发射中心点火升空,将中星26号卫星顺利送入预定轨道,发射任务取得圆满成功,这意味着安全可靠、覆盖更广的信息传输手段将向边远地区延伸。

本次发射的中星26号卫星是我国首颗超百Gbps容量高通量卫星,卫星将定点于东经125度轨位。该星交付后,将由航天科技集团中国卫通公司负责运营管理。

中星26号卫星采用我国自主研发的东方红四号增强型卫星平台。该卫星是国家重要的空间基础设施,是满足卫星互联网及通信传输要求的新一代高通量通信卫星。



后疫情时代,继续当好健康第一责任人

国家卫健委最新发言表示“目前全国整体疫情已进入低流行水平,各地疫情保持稳步下降态势”。新冠疫情这场持久“战”终于迎来了曙光,人们的警惕性也随之下降。然而,病毒并未消失,在多变复杂的环境下,对病毒的防控仍不可懈怠,大家要继续当好自己健康的第一责任人。

决定是否发病的三个因素包括:是否感染病原体、吸入的病原体的毒力如何,和个体免疫力。我们无法确保不接触病原体,亦控制不了病原体的毒力,提高自身免疫力就是我们作为健康第一责任人的首要任务。

什么是免疫力?

我们又该如何提高免疫力?

免疫力是人体自身的防御机制,可以识别和消灭外来侵入的病毒、细菌等“非己”成分,简单讲就是免疫系统的战斗力。免疫系统是由免疫器官(如骨髓、脾脏、淋巴结、扁桃体、小肠集合淋巴结、阑尾、胸腺等)、免疫细胞(如淋巴细胞、吞噬细胞、辅助细胞等)以及免疫活性物质(抗体、溶菌酶、免疫球蛋白、干扰素、白细胞介素等细胞因子)共同组成的系统,它是覆盖全身的防卫网络,是人体健康的基本保障。

免疫力对人体非常重要,主要有防御、自稳和监视三大功能,形象来说,就像一个国家需要坚固的城墙和强有力的

军队一样,皮肤、黏膜是城墙,抵御外界细菌、病毒的人侵;体液含有各种各样的免疫活性物质,遍布身体每个角落的免疫细胞就像军队,时刻巡查和消灭入侵的病原菌和内部恶变的细胞,维持身体平衡和有序的状态。

提高免疫力的几大方法

1. **营养均衡**。参考中国居民膳食指南,注意主食、肉蛋奶豆类及蔬菜水果油脂均衡搭配,可以增加酸奶、菌类及丰富的胡萝卜素、维生素C摄入。

2. **适当运动**。运动可使血液中白细胞增多,进而增强自然杀伤细胞的活性,消灭病毒与癌细胞;但是最好选择一系列身体能够承受的运动,运动完微喘

为最佳。

3. **充足的睡眠**。好睡眠是天然的人体免疫屏障,经常加班、熬夜的人们可是要悠着点。

4. **乐观的人生态度**。研究表明,易发怒、不爱笑、长期压力会造成免疫力下降。要想提高身体免疫力,就得多管齐下。

5. **适当补充免疫调节剂**。中国医师协会发布的《儿童反复上呼吸道感染临床诊治管理专家共识》中曾提出“除疫苗外,免疫调节剂也是临床上比较有效的免疫调节手段”。

常见的免疫调节剂中,“细菌源性免疫调节剂”是目前证据等级高的免疫调节剂。这一类药物主要通过提供抗原,使机

体接触更多的病原,对免疫系统进行训练,从而提高免疫力,促进免疫力的成熟和稳定。国内的代表药品有白葡奈氏菌片,又叫气管炎菌苗,是70年代国家老慢支科攻关的重大研发成果。研发之初为注射液,后续经过一代代科研精英改良而成片剂,方便老百姓服用。采用了呼吸道常见的人体共生菌白色葡萄球菌、奈瑟卡他球菌和枯草芽孢杆菌,经过精制灭活。能有效激活固有免疫,提高呼吸道黏膜抵抗力,预防呼吸道感染的发生。

对自己的健康负责,就是对自己的人生负责。后疫情时代,就是拼“免疫力”的时代。综合多种办法,我们才能建立起自身的免疫长城,以强健的体魄,应对未知的病毒。(梁瑜)