

习近平对爱国卫生运动作出重要指示强调 要更加有针对性地开展爱国卫生运动 切实保障人民群众生命安全和身体健康

李克强作出批示

新华社北京12月26日电 在爱国卫生运动开展70周年之际，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平作出重要指示指出，70年来，在党的领导下，爱国卫生运动坚持以人民健康为中心，坚持预防为主，为改善城乡环境卫生面貌、有效应对重大传染病疫情、提升社会健康治理水平发挥了重要作用。希望全国爱国卫生战线上的同志们始终坚守初心使命，传承发扬优良传统，丰富工作内涵，创新工

作方式方法，为加快推进健康中国建设作出新的贡献。

习近平强调，当前，我国新冠疫情防控面临新形势新任务，要更加有针对性地开展爱国卫生运动，充分发挥爱国卫生运动的组织优势和群众动员优势，引导广大人民群众主动学习健康知识，掌握健康技能，养成良好的个人卫生习惯，践行文明健康的生活方式，用千千万万个文明健康小环境筑牢疫情防控社会大防线，切实保障人民

众生命安全和身体健康。

国务院总理李克强作出批示指出，爱国卫生运动70年来，开展了卓有成效的群众性卫生活动，为保障人民健康发挥了重要作用，是一项重大惠民工程。要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，贯彻党中央、国务院决策部署，坚持预防为主，创新机制和工作方式，深入推进城乡环境卫生治理，扎实开展健康教育和促进，为健康中国建设作出新贡献。当前新冠疫情防控优化调

整措施在有序推进落实，要发挥优势，调动各方面科学防控积极性。各级政府要进一步加大工作力度，切实保障群众就医和防疫用品需求，守护人民生命安全和身体健康。

爱国卫生运动是我们党把群众路线运用于卫生防病工作的成功实践。70年来，爱国卫生运动始终坚持党委领导、政府主导、多部门协作、全社会参与，坚持“大卫生、大健康”理念，突出源头治理，取得明显成效。



12月26日拍摄的武汉站(无人机照片)。

当日，京广高铁全线贯通10周年。京广高铁全长2298公里，纵贯中国南北，跨越长江黄河，是世界上运营里程最长的高速铁路。作为我国“四纵四横”高速铁路的重要“一纵”，京广高铁与石太、石济、徐兰、郑渝等12条高铁线路联通，形成了我国跨越南北、贯通东西的客运大通道。10年来，京广高铁累计运送旅客16.9亿人次，成为我国最繁忙的客运线路之一。

新华社记者 伍志尊 摄

感染后如何科学用药？ 康复后要注意啥？

——权威专家解答防疫热点问题

新华社北京12月26日电 当前，新冠肺炎疫情防控的工作目标是保健康、防重症。感染新冠病毒后，如何科学用药？康复后，有哪些注意事项？多久能运动？未感染新冠病毒的人群，献血是否会增加感染的风险？针对当下公众关心的热点问题，国务院联防联控机制组织相关领域权威专家作出解答。

病的人群，应该在医疗机构和医生的指导下用药。

康复后需要注意哪些事项？

首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉介绍，感染新冠病毒以后7至10天，绝大部分人都会进入康复状态，可能核酸或抗原都转阴了，但仍会遗留一些症状，比如咳嗽、嗓子不舒服等。进入康复期，患者精神上要保持高昂斗志。

感染后如何科学用药？

北京大学人民医院感染科主任高燕表示，感染新冠病毒后，出现高热等临床症状，在体温超过38.5摄氏度时，人体感觉会非常难受，这个时候需要用一些退热药。

高燕介绍，如果患者本身有一些慢性病，比如胃溃疡、十二指肠溃疡，或者平时有胃肠道的一些基础病，在用解热镇痛药时，不要空腹服用。此外，密集用药可能诱发消化道出血等症，可以合并用一些胃黏膜的保护剂，再来吃解热镇痛药会更安全一些。

康复后多久能运动？

刘清泉提醒，适量运动有利于恢复健康，但是不能剧烈运动，过度的运动不但不能够恢复健康，有可能会出现一些其他的问题。

刘清泉说，可以根据自身运动

习惯选择适量运动，不超过平时运动量的三分之一，逐渐增量即可。

高燕表示，对于中青年群体来说，并不影响复工复产。但是高强度的健身运动，还是要稍缓一缓，注意休息，加强营养，让自己尽快回归正常的状态。

“对于60岁以上的老年人来说，尤其是患有糖尿病、高血压、冠心病等慢性病的人群，要重点关注呼吸道症状问题，比如咳嗽、胸闷、气促等症状是否加重。”高燕介绍，一周左右核酸或者抗原转阴后，这些呼吸道症状可能还会持续，等病情明显缓解以后，再恢复到正常的锻炼，更有利于健康。

未感染新冠的人群，献血是否会增加感染的风险？

“一个健康成年人献血不超过自身总血量的13%，对身体没有不良影响。”北京市红十字会血液中心副主任技师郭瑾介绍，一个健康成年人的总血量约占体重的8%，如果50公斤的人献血200或400毫升，即占自身总血量的5%或10%，体重重的人占比会更低。

郭瑾表示，献血是采集人体的外周血，献血后肝、脾、肺等储血脏

器中的血液会迅速补充至外周血中，恢复循环血容量。献血并不会影响健康，也不会增加感染新冠病毒的风险。

感染新冠后符合什么条件可以献血？所献的血液是否安全？

郭瑾介绍，对于曾感染新冠病毒的无症状、轻型和普通型感染者，发烧、咳嗽、咽痛等上呼吸道感染症状完全消失后一周，且最后一次核酸或抗原检测阳性7天后就可以献血了。如果是重型或危重型的感染者，则需要康复6个月后才能献血。

“这个标准与国际上有关新冠病毒感染后延迟献血的要求，以及现行的呼吸道感染、肺部感染者延迟献血的要求是一致的，不会对献血者健康造成危害。”郭瑾说。

针对曾感染过新冠病毒的献血者所献血液是否安全的问题，郭瑾表示，新冠病毒是呼吸道病毒，不会经输血传播。目前为止，全球尚没有新冠病毒通过输血途径传播的报道。感染新冠病毒康复以后的献血者献的血液本身是安全的，血站会严格采供血管理，确保感染者康复并经过一段时间的健康观察后再献血。

大商所大豆系列期货和期权 正式引入境外交易者

新华社大连12月26日电 (记者 郭翔)26日，大连商品交易所举办黄大豆1号、黄大豆2号、豆粕、豆油期货和期权引入境外交易者启动活动。

大商所总经理严绍明表示，通过丰富产业链品种并引入境外交易者，建立与全面开放的现货市场相匹配的大豆期货市场，有助于加快建立期货现货统一协调的国

内统一大市场，有助于更紧密地连通全球大豆生产、加工、贸易体系，充分发挥我国超大规模市场优势。

大商所大豆系列期货和期权引入境外交易者后，将保持原有合约以及交易、结算、风控等基础制度不变，在对参与主体的管理上，境外参与者与境内参与者参照国内参与者，按照实名制、一户一码管理。

俄副总理： 2022年俄天然气出口下降约25%

新华社莫斯科12月26日电 (记者 赵冰)俄罗斯副总理诺瓦克日前接受塔斯社专访时表示，2022年俄罗斯天然气出口量较去年下降约25%，产量减少12%。

诺瓦克还表示，2022年俄石油产量同比增长2%，达到5.35亿吨；出口量同比增长7.5%，达到2.42亿吨。

在煤炭产销方面，诺瓦克预计今年俄煤炭产量与去年持平，其中，出口量将下降8.4%，国内煤炭消费预计增长6.8%。

诺瓦克强调，2023年能源市场存在诸多不确定性，但国际市场对俄罗斯能源产品仍有需求。随着新供应链的稳定，数月后俄罗斯乌拉尔原油价格和布伦特原油价格的差距将逐渐缩小，俄也将逐步下调出口石油折扣。

此外，诺瓦克表示，俄罗斯将借助新技术手段提升液化天然气产量。预计不久的将来，俄有望将液化天然气产量提高到每年6400万吨，到2035年提升到1亿吨的水平。

上百名移民 平安夜抵达美国副总统官邸外

据新华社华盛顿12月25日电 (记者 孙丁)据美国媒体25日报道，几辆大巴车24日晚抵达美国副总统哈里斯位于首都华盛顿西北部的官邸外，严寒中，大巴车上走下上百名移民。

这些移民据称来自中美洲以及加勒比海地区，抵达华盛顿时正值平安夜。因冬季风暴影响，室外寒冷刺骨，不少人衣着单薄，披着志愿者发放的毯子，等待被接走。

目前尚不清楚是谁将这些移民运送过来。今年以来，得克萨斯

州长格雷格·阿博特等共和党籍州长利用大巴或飞机将数以千计的移民陆续送至民主党主政的城市，包括华盛顿、费城、纽约、芝加哥等。

白宫发言人阿卜杜拉·哈桑25日指责阿博特利用移民制造“噱头”，称这些政治把戏取得不了任何成果，只会把生命置于危险中。

阿博特尚未回应白宫的指责，但他此前频繁批评美国总统拜登的移民政策，称拜登以及民主党忽视美国南部边境因为移民涌入出现的“历史性危机”。

国产大飞机C919开启验证飞行

新华社上海12月26日电 (记者 贾远琨)26日，国产大飞机C919交付东航的全球首架机的首班验证飞行开启，从上海虹桥国际机场飞往北京首都国际机场。这标志着东航全球首架C919总计100小时的验证飞行拉开帷幕，将全面检验东航C919商业运行各项工作的可靠性，为后续顺利投入商业载客飞行奠定坚实基础。



12月26日，国产大飞机C919在上海虹桥国际机场起飞

新华社 发

府、西安、海口、青岛、武汉、南昌、济南。验证飞行需要模拟整个航班运行过程，包括签派放行、旅客登机、飞行员的操作、机务维修等。

东航已完成首批9名飞行员、24名乘务员、13名机务维修人员的机型培训，第二批重点岗位人员

培训已在进行，相关保障人员数量可满足初期的验证飞行需求。

在C919完成航线验证飞行后，中国民航局将对验证结果进行审定和检查，确认东航具备安全运行C919飞机能力之后，将颁发相应的运营许可。

中国东航争取在2023年春将

C919正式投入商业载客运营。届时，C919将出现在上海、北京、西安、昆明、广州、成都、深圳等地的优质精品航线上。作为首家用户，东航还要将验证飞行积累的大量数据、运行保障经验提供给相关部门，助力新机型不断优化改进。

中国体育彩票开奖信息

- 第22148期体彩大乐透开奖号码：前区04 05 06 26 27 后区07 12
- 第22346期体彩排列3开奖号码：5 3 8
- 第22346期体彩排列5开奖号码：5 3 8 9 0
- 第22346期体彩20选5开奖号码：01 03 04 05 09

本信息如与公证开奖结果不符，以后者为准。咨询电话：0580-2861788 http://www.zslottery.com

热烈祝贺普陀中出超级大乐透一等奖723万元
中奖时间：11月16日第22131期
中奖门店：六横镇龙山社区小沙浦沿街房商铺10号
快乐看球，体彩相守！世界杯冠军、冠亚军竞猜游戏已于11月7日全面开售！



扫一扫关注“舟山体彩”官方微信

PICC 中国人民保险 车险投保专线 4001234567 车险官网直销 www.picc.com 价格省 服务多 理赔快 私家车商业险更省钱