

老年人感染如何居家治疗？孕产妇、儿童如何做好防护？

——国务院联防联控机制新闻发布会回应热点问题

新华社记者 张泉 王琳琳 李恒

疫情之下，重点人群的健康牵动着每个家庭的心。老年人感染后居家治疗该注意什么？孕产妇如何做好防护避免感染？儿童发热后什么情况下需要就医？心血管疾病患者如何平安度过冬天？国务院联防联控机制13日举行新闻发布会，就相关热点问题作出回应。

老年人如何应对新冠肺炎疫情？预防第一

“老年人一旦患病，较年轻人来说，重症发生率相对较高，是特别需要保护的人群，预防是第一位的。”北京医院呼吸与危重症医学科主任李燕明建议，老年人还是要接种全程疫苗和加强疫苗，可明显降低重症感染发生率。

“从目前监测情况看，60岁及以上老年人接种疫苗后，不良反应总体报告发生率低于60岁以下人群，严重的不良反应发生率和其他人群基本类似，在百万分之一以下。”中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆说。

李燕明呼吁，老年人近期减少外出，特别是避免去人群比较聚集的密闭场所，尽可能减少接触外界环境。同时规律生活，不要太过紧张，保证营养，但也不要暴饮暴食，尽可能减少烟酒的接触。

老年人一旦感染，李燕明建议，少食多餐，避免出现呕吐，少量多次补充适量水分，保证睡眠。老年人要更加慎重使用退热药物，烧得越高用药越慎重，以防一次大量出汗造成虚脱甚至低血压，还要避免多种药物共

同使用。

此外，对于合并基础疾病的老年人，要加强基础疾病的管理。李燕明提示，不能因为害怕去医院取药而停药。一些基础疾病本身不太稳定的，比如有严重呼吸系统疾病的，或有严重心脏基础疾病的，或80岁以上高龄老人没有接种过新冠疫苗的，这些人群是高危人群中的高危，需格外重视观察监测。

孕产妇感染新冠病毒会否传染给胎儿？几乎不会

“对于孕产妇来说，预防最重要。有可能的话，还是尽可能少到公共场所去，不聚餐、不聚餐。”北京大学第三医院院长、中国工程院院士乔杰说，与此同时，还要确保均衡的营养、充足的睡眠，积极乐观的心态。

孕产妇万一感染新冠病毒会出现怎样的症状？如何居家治疗？

乔杰说，从全国产科质控专家组汇总的国内情况和国际报道看，孕产妇感染新冠病毒之后，发病率、症状、病程都和普通人群接近，症状主要还是上呼吸道感染，病程也基本是5至7天。

当孕产妇出现发热、干咳等呼吸道症状时，可以多喝水，采用物理降温或者选择孕产妇可以用的中药。超过38.5摄氏度，可以选择对乙酰氨基酚治疗，这是对孕产妇相对安全的。要特别注意，退烧药要选用单一的，不要进行叠加，这样可以减少可能的肝肾损害。

“孕产妇要注意三个监测：体温、心率、血压，孕晚期的孕产妇还要做好胎动的监测。

如果持续发热3天以上，用了退烧药没有好转，或者出现了胎动消失、胸痛、胸闷、腹痛等，要及时和助产机构联系，及时就诊。”乔杰说。

“因为母体有胎盘这个非常好的保护屏障，孕产妇感染新冠病毒之后，几乎是不传染给胎儿的。”乔杰说，但如果是产后，妈妈、宝宝在一起的话，还是要注意隔离，宝妈在空间上最好和新生儿有一定的隔离或者戴N95口罩，可以母乳喂养。

儿童发烧需要立马去医院吗？视情况而定

“冬季是儿童呼吸道感染高发季节。引起儿童呼吸道感染的病原体很多，以病毒为主，比如鼻病毒、副流感病毒、流感病毒等，新冠病毒也是引起发热、咳嗽等症状的病毒之一。”北京儿童医院主任医师钱素云说。

孩子发烧，是否应立马去医院？钱素云说，一定要看孩子的精神状态，如果孩子虽有发烧等症状，但精神挺好，特别是退烧以后能吃能喝能玩，这时候就没必要特别紧张，也不需要马上去医院就诊，可以在家继续观察、对症处理。

钱素云表示，但如果发烧持续3天以上没有好转迹象，孩子精神不好，咳嗽进行性加重、影响到日常生活和睡眠，出现喘息、呼吸增快、甚至呼吸困难等情况时，要去医院就诊。另外，3个月以下的小孩一旦出现发热，还是建议及时就诊。

钱素云说，有孩子的家庭应该适当储备一些儿童常用的应急药物，但不推荐储备很

多药物，如果储备很多保管不当的话，可能导致孩子误服。

“孩子发烧是经常会遇到的，对于6个月以上的小孩，可以选择布洛芬、对乙酰氨基酚，其中有一种就可以了；2至6个月的小孩，不适合用布洛芬，可选用对乙酰氨基酚；2个月以内的小孩，不推荐常规使用退烧药物，可采用物理降温等措施并及时就诊。另外，也可以储备一些清热祛痰的药物。”钱素云说，不主张两种退烧药同时服用，也没必要交替服用。

心血管病患者感染会否导致原有病情加重？克服恐惧心理

“原有心血管基础疾病的患者感染了新冠病毒也不必太担心。”北京安贞医院常务副院长周玉杰说，在家里一定要坚持治疗原有的疾病，一般都是冠心病、高血压或者心衰这样的疾病。

周玉杰介绍，除了高烧以后多喝水可能对心衰症状产生影响，治疗新冠肺炎的药物，比如缓解肌肉疼痛的用药等，目前尚未发现和心血管治疗药物之间的不良作用。

“很多心脏病患者都是由于恐惧导致疾病加重，要克服这种心理。”周玉杰说，心血管疾病患者要合理膳食、戒烟限酒、适量运动，并保持心态平衡。

“长期服用心血管疾病防控药物的不要停药，停药可能诱发或者加重疾病。如果有持续性胸痛，还是到医院进一步诊断和治疗。”周玉杰说。

（新华社北京12月13日电）



西南“十字路口”打造“枢纽型开放”新高地

贵州地处西南“十字路口”，位于“一带一路”、西部陆海新通道和中国面向东盟开放的连接与交会地带。近年来，贵州全力打造贵阳国际陆港，不断拓宽联通国际市场的贸易通路，积极融入粤港澳大湾区建设。图为12月12日拍摄的贵阳国际陆港。新华社记者 杨文斌摄

十年追梦护航“红色高铁”

（上接第1版）

2015年11月，经积极争取，西铜城际向北延伸至延安，形成西安至延安高铁并纳入国家《中长期铁路网规划》包（银）海大通道中，刘文涛他们“脚下的路”有了新的意义。

项目可行性研究、初测、可行性研究、定测、初步设计、补充定测、施工图……2020年1月9日，西延高铁全线控制性工程“新延安隧道”开工，在西延线扎根7年后，32岁的刘文涛正式成为西延高铁的总设计师，也是当时线路运输院最年轻的副所长。

在刘文涛的记忆里，西延高铁设计之路发生了很多感人的故事：2015年11月至2016年3月，在陕北现场初测期间，最冷时零下20多摄氏度，老队员带着他们往山里钻，四处荒无人烟，整日爬冰卧雪，没一个人退缩；2016年11月，刘文涛要当爸爸了，却遇上了项目最忙的一段时间，妻子在医院生产期间，他晚上没能陪过一天床，白天在病房打电话处理工作。晚上则在办公室熬夜加班；陕北黄土梁峁沟壑区，地形起伏大，沟谷深切，地质复杂，需要攻克多项技术难关，全线隧道46座，桥梁67座，桥隧比占到92%，团队成员用无数个日夜攻坚克难，仅铜川至延安段24.3公里55座桥梁施工图，用卡车可以装满一大车……

如今，在设计图纸上，西延高铁黄陵到富县段有一块鼓起来的地方，那就是为了实现洛川设站而设置。为了实现革命老区人民的高铁愿望，设计团队攻克众多技术难关及外部环境，保住了洛川高铁站。

“西延高铁作为一条‘红色高铁’，线路串联世界历史名城、中国十三朝古都西安，富平爱国主义教育基地，洛川会议旧址，革命圣地延安等。我们设计团队坚持以人为本，尽最大努力保住了西延高铁‘县县设站’的设想。”刘文涛说。

10年来，刘文涛亲眼见证陕西米字形高铁网的逐步完善，从大西高铁、宝兰高铁、西成高铁到银西高铁的相继开通，再到西延高铁、西康高铁、西十高铁的相继建设。这10年，陕西省高铁营业里程翻了9倍，全国高铁运营里程2021年底已突破4万公里，从“四纵四横”完美收官到“八纵八横”趋于完善，中国高铁凭借实力在世界赢得广泛赞誉。

“党的二十大报告指出，要加快建设交通强国。我们一定要深入学习宣传贯彻党的二十大精神，以一流的技术持续护航‘红色高铁’建设！”刘文涛说。

日常工作节点式把控 重点工作项目式开展

（上接第1版）

北汽集团现有女职工2万多名，平均年龄30岁左右。由于工作单位比较分散，如何让适龄女职工切实享受到服务，是一个现实的难题。

为此，北汽集团工会明确标准、投入款物，建立标准化的母婴关爱室。针对女职工较少的车间班组，利用生产富余材料建立“流动妈咪屋”。针对北汽职工集中的写字楼，建立“楼宇母婴关爱室”。

此外，北汽集团工会还与一些企业所在的开发区总工会、属地工会联手，利用社会资源建立覆盖区域的母婴关爱室，最大限度解决职工的后顾之忧。

这是北汽工会重点工作项目式开展的一个缩影。近年来，随着北汽集团产业布局的完成，职工队伍迅速扩大，职工总数从2010年的5.8万人增长到现在的近13万人，入会率超过95.8%。

针对集团内新建企业多的特点，北汽集团工会项目式推进重点工作。例如，坚持实体职工之家与企业建设“同时设计、同时建设、同时投入使用”的三同时原则，使实体化职工之家迅速覆盖集团全部二级企业和重点三级企业。京外汽车零部件企业、4S店等参股企业，均实现了工会组织的有效覆盖。

随着组织建设的推进，由“理论调研、顶层设计、企业承办、资源共享、专项外委、考核评估、总结提升”构成的项目化工作体系初见成效，一个与北汽全国产业布局相适应的工会组织体系已经全面建设完成。

难点工作督办式推进

今年7月8日，北汽重卡公司举办青年集体婚礼。新人们在亲朋好友、单位同事的欢呼、见证下，携手走过浪漫的拱门、洁白的地毯，成就百年之好。

集体婚礼和婚恋计划，是北汽集团工会打造的又一服务职工的品牌项目。由于疫情影响，年轻人少了很多相聚的机会。为了解决大龄青年职工的婚恋难题，北汽集团工会大力开展各类线上线下联谊活动。去年至今，已举办联谊活动100多场次。

解决大龄青年职工的婚恋难题，是《北汽集团工会进一步深入开展“我为职工办实事”实践活动方案》明确的19项重点任务之一，以项目督办的形式确保完成。

“我们一直在研究，如何把活动做深、做透、做出特色。想要让广大职工认可，形成一定影响力，就要有相关的制度安排。”张辉表示，通过日常工作节点式把控，重点工作项目式开展，难点工作督办式推进，北汽集团工会切实将服务工作做到职工的心坎里。



电商铺就致富路

近年来，山东省聊城市乡村振兴局探索“党支部领办合作社+脱贫户”模式，推进巩固脱贫攻坚成果与乡村振兴有效衔接。冠县清水镇刘屯村结合本地特色产业，发展电子商务，拓宽销售渠道，有效带动脱贫户增收的同时，也助力乡村产业发展壮大。图为清水镇电商在进行直播。

孙伟 刘亚琦 摄

长江流域“抗旱会战”告一段落

新华社记者 苏晓洲 周楠 李思远

12月8日，湖南省水利厅解除水旱灾害防御三级应急响应，这是长江流域今年最后一个宣告解除的省级水旱灾害防御应急响应。至此，持续近4个月的长江流域“抗旱会战”告一段落。随着近期迎来数轮降雨，长江流域各地抗旱应急响应目前已经解除。

气象水文干旱创下历史纪录

今年7月以来，长江流域持续高温少雨，发生了1961年有完整记录以来最严重的全流域性气象水文干旱。

沿长江很多地方，不断萎缩的水面、长满荒草的洲滩、烈日炙烤下焦黄枯萎的草木比比皆是。

甚至连中国第二大淡水湖洞庭湖——《岳阳楼记》中“浩浩汤汤横无际涯”的壮阔水面，都因旱情发生巨大变化。旱情最严重的时候，在东洞庭湖国家级自然保护区的大西湖、小西湖一带，大片湖床干涸裸露，有的湖床龟裂的缝隙达近十厘米宽。湖床上零星横陈鱼、螺、蚌等被晒干的尸体。

水利部长江水利委员会水旱灾害防御局局长徐照明介绍，此次受旱面积广、程度重，旱情最严重时，10省（市）农作物受旱面积超过2800千公顷，部分地区人口、牲畜面临饮水困难。

水源丰沛的长江为何发生如此严重旱情？专家表示，主要包括以下原因——

流域降雨严重偏少。7月以来，长江流域累计降雨量为1961年有相关记录以来历史同期最少，较近30年同期均值偏少39%。

极端高温旷日持久。今年长江流域出现异常持续高温天气。如7月7日至9月7日，湖北省平均高温日数37.7天，比常年同期偏

多21.5天。

流域来水迭创新低。长江8月来水量偏少五成多，9月偏少近七成，上游来水量为1949年以来同期最少。多个水文站出现有实测记录以来历史同期最低水位。

“长江双肾”干涸严重，从9月开始基本丧失对长江中下游干流的补水作用。洞庭湖8月4日达到枯水位，为1971年以来最早；鄱阳湖9月6日达到极枯水位，为1951年以来最早，较有记录以来平均出现时间提前115天；鄱阳湖水域面积在9月较最大时缩小九成以上，洞庭湖11月7日水域面积仅为正常情况的七分之一。

由于水位低枯，长江流域很多地方农业灌溉的涵闸泵站和个别城乡供水工程水不能正常取用。

众志成城保秋粮丰收保饮水安全

面对严峻旱情，长江流域各地众志成城，为保秋粮丰收、保饮水安全发起了“抗旱会战”——注重预警。

“3月份我们对可能发生的干旱灾害发出预警，提醒中下游各省提前开展水库群蓄水，水利部长江水利委员会水旱灾害防御局局长吴道喜说，“经过超前谋划，湖南、湖北、江西、安徽等同比往年多蓄水30%左右。长江委还优化调度三峡水库和支流雅砻江、嘉陵江、乌江的控制性水库，共利用洪水资源近50亿立方米，为抗旱减灾储备了水源。”

湖南省水利厅厅长罗毅君告诉记者，从6月中旬开始，湖南就将每一场强降雨当作今年汛期最后一场大雨来调度水库蓄水。“至7月上旬，各类水库蓄水保水386.6亿立方米，较往年同期多蓄29亿立方米。”

——精细调度。

“上游大水漫灌，下游水量紧张”“顾此失彼”是过去抗旱的老毛病。长江委今年拉网式摸排沿江用水需求，精细调度水库群，指导沿江地区采取延伸取水口、架设临时泵站等设施及时引水抗旱。

吴道喜介绍，通过调度三峡、丹江口、二滩等水库向下游补水的同时，加大水电站出力，保障电网迎峰度夏需求；统筹抗旱与航运，首次实现三峡船闸前8个月货运量过1亿吨，还为汉江兴隆、乌江银盘滞留船舶及时疏散创造条件。罗毅君介绍，湖南的酒庄灌区、韶山灌区等多个灌区，严格按照“放水之前有调查、放水之前有告知、放水周期有间隔、放水效果有跟踪”运行管理。

——聚合合力。

按照“精准范围、精准对象、精准措施”思路，长江委先后两次实施长江流域水库群抗旱保供水联合调度专项行动，累计补水62亿立方米，保障了1385万人和2856万亩水稻等秋粮作物的用水需求。

在中央水利抗旱救灾资金的支持下，长江流域各地水利、农业农村、电力、气象、应急等部门强化协调，综合采取临时提水引水、抗旱打井、人工增雨、应急送水补水等措施，全力保障饮水、灌溉等重点用水。以江西为例，全省投入抗旱机电井7.62万眼、泵站2.35万处、机动抗旱设备47.26万台套，全力保障供水。

做好抗长旱抗极端干旱准备

气象部门分析，后期降雨继续偏少，长江流域夏、秋、冬连旱局势已经形成。各地今冬明春生活生产生态用水需求总体可满足，但部分山区丘陵区仍有可能面临用水难题。展望今冬明春，需要做好“抗长旱、抗极端干旱”准备。

业内专家认为，今年的干旱，也暴露出长

（新华社长沙12月13日电）