

# 州科技局举办2023年科技工作培训会

**本报讯** 记者常昊、通讯员聂建康报道:为贯彻落实党的二十大精神,加快实现昌吉州高水平科技自立自强,贯彻落实好区、州党委和政府有关科技创新工作的安排部署,进一步强化对县市(园区)科技管理部门和企事业单位的业务指导,提高全州科技管理部门和企事业单位科技人员的履职尽责水平,2月14日,州科技局举办2023年科技工作培训会暨科技创新优惠政策宣讲培训会。

本次培训采取“线上+线下”同步直播的方式开展,我州各县市(园区)科技局相

关负责人、科技管理部门班子成员及中层干部、高新技术企业、科技型中小企业及其他从事科技工作的事业单位负责人、财务人员等800余人参加了培训。

培训邀请相关领域专家,围绕自治州科技工作重点,以高新技术企业培育、研发费用加计扣除、科技创新平台建设、技术合同认定登记、科技成果转化、科技项目申报政策、科技项目申报流程要求、科技项目申报的注意事项等进行了详细讲解。

特变电工股份有限公司研发处处长张

正扬说:“培训会上,专家通过列举实践中遇到的案例,深入浅出地解答了我们在科技项目申报和实施过程中遇到的问题,对我们的项目申报工作帮助很大。”

州科技局党组书记、副局长葛伟娟说:“下一步,州科技局将持续开展政策辅导系列活动,根据企业技术创新、科研项目规范管理、企业科技梯度培育等需求,通过机构协作、专业协同,帮助企业更好地理解政策、掌握政策、享受政策。此外,培养一批理论水平高、业务能力强的科技人才,全面提高自治州科技管理服务水平。”

# 《学习与科普》杂志编辑部开展“科技之冬”科普宣传活动

**本报讯** 记者布尔兰报道:为深入学习宣传贯彻党的二十大精神,普及科学技术知识,提升群众的科学文化素养,助力乡村振兴,近日,州融媒体中心主管主办的《学习与科普》杂志编辑部工作人员来到昌吉市阿什里乡的阿什里村、胡阿根村、努尔加村等5个村,开展“科技之冬”科普宣传活动。

《学习与科普》杂志编辑部工作人员在各村举办了“科技之冬科普大讲堂”专题讲座,向农牧民群众赠送了500余册科普杂志和书籍,向他们普及科学种植养殖技术和健康生活知识。

阿什里村村民叶尔哈力说:“专题讲座通俗易懂,科普书籍内容丰富、实用,为我们的生产生活、种植养殖提供了科学的方法。”

据了解,《学习与科普》杂志编辑部连续多年利用冬闲时间开展“科技之冬”科普宣传活动。下一步,《学习与科普》杂志编辑部工作人员还将深入昌吉市各乡镇、村,为农牧民群众提供“科技下乡”服务,切实提高农牧民群众的科学文化素养。



《学习与科普》杂志编辑部工作人员正在给胡阿根村村民讲课。

本报记者 布尔兰 摄

# 开学了,流感、诺如病毒等疾病应该如何预防?

新华社记者 佚名 田晨旭

冬春季是许多呼吸道和消化道传染病的高发季节。开学后,孩子们又开始了集体生活,孩子、家长、老师应该如何预防流感、诺如病毒等疾病,记者采访了北京市相关部门和专家。

北京市疾控中心传染病地方病控制所副主任医师刘白薇介绍,诺如病毒具有很强的传染性和快速的传播能力,全人群普遍易感,且感染后免疫保护时间短,是引起急性胃肠炎疫情的最主要病原体,常在学校、幼儿园、医院、养老院等人员密集的场所传播。

人感染诺如病毒后可导致急性胃肠炎,一般在摄入病毒后12至48小时出现症状,最常见的症状是腹泻和呕吐,其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛等。儿童以呕吐为主,成人以腹泻为主。

刘白薇表示,诺如病毒急性胃肠炎为自限性疾病,病情轻微,通常持续2至3天,预后良好,但不排除个别老人或者孩子症状严重,持续时间更长。

专家介绍,诺如病毒主要通过粪口途径传播,通常因摄入污染的食物、水,或接

触病人排泄物或呕吐物导致感染,因此,对于学生来说,良好的手卫生习惯是预防和控制诺如病毒传播最重要最有效的措施;不吃生的或半生的食物,尤其不要生食贝类等海、水产品。

感染诺如病毒后需要进行居家隔离,隔离时间为急性期至症状完全消失后72小时。家长要提醒孩子,班级内如有同学呕吐时,一定在老师的指导下离开现场,减少感染诺如病毒的可能。如果孩子已被感染,应配合学校和医疗卫生部门,将孩子的便样送到指定地点进行病原学检测,同时让孩子在家休息至症状完全消失后72小时再复课。

北京市疾控中心提示,学校和托幼机构属于人群聚集场所,由流感病毒导致的集中发热疫情风险在开学后也会有所增加,家长要注意天气变化,帮助孩子随气温变化增减衣物,避免着凉;孩子在学校要注意个人卫生,尽量避免接触流感样病例患者;学生、老师若出现症状不带病上课上班。

北京市卫生健康委提示,春季来临,水

痘的发病高峰也同期而至,婴幼儿和学龄前、学龄期儿童发病较多。首都儿科研究所感染科副主任医师黄辉表示,水痘是水痘-带状疱疹病毒感染所致,皮损范围广,皮疹比较痒,需保持手卫生及衣物清洁,可外用炉甘石洗剂进行止痒。

黄辉说,按时接种水痘减毒活疫苗,可有效预防感染水痘-带状疱疹病毒。该疫苗的接种程序为18月龄接种第1剂,4岁接种第2剂;如果是13岁以上儿童首次接种时两剂间隔4至8周。特别注意的是,还没有达到初次免疫年龄的低龄儿童,要注意避免接触水痘患者及带状疱疹患者,降低患病风险。

“在家庭护理方面,常有家长说‘不能洗澡不能吹风’,这是误区。”黄辉表示,洗澡可减少皮肤污垢及定植细菌,降低皮肤感染的风险,水痘患儿洗澡时可用流动水淋浴,平日需穿着宽松舒适的衣服,不捂汗、勤更换,并根据情况将患儿衣物分别采取洗、晒、烫、煮等消毒方式,减少家庭内成员相互感染。

(新华社北京2月18日电)

## 如何区分 流感 和 新冠病毒 有用!

近期,一些城市医院发热门诊患者明显增加。对此,中国工程院院士钟南山在接受记者采访时表示,近期出现发热的原因不单纯是感染新冠,也有不少是流感,有少数人可能是双重感染。当我们出现发烧、流鼻涕、咳嗽等症状时,如何判断是流感还是新冠?两者的用药有何不同?如何合理搭配饮食有助身体恢复?一图了解。

### 流行性感冒与 新冠病毒感染的区别

#### 二者都是呼吸道传染性疾病

流感通常有“一痛、二烧、三乏力”的症状,除了咳嗽、咽痛、鼻塞等呼吸道症状外,还可能有全身症状比如头疼、高热、肌肉关节酸痛、严重疲乏等。

新冠患者更容易出现干咳、乏力、呼吸困难等症状,部分患者还会伴有腹痛、呕吐、腹泻等消化道症状。

#### 二者作为呼吸道传染病,都是通过飞沫传播

进一步区分新冠和流感,可以进行新冠抗原的检测。

#### 二者都具有传染性

在我国,流感按照丙类传染病来管理,它会造成大面积的人群感染,人和人之间可能会出现传播的风险。新冠传播性更强、传染性更强,我们国家按照乙类传染病来管理。

#### 两者预防手段类似

新冠病毒感染和流感都是疫苗有效的疾病,接种疫苗是最经济、最有效的预防手段。

### 流感和新冠感染后 如何用药

当出现发热症状,注意甄别是流感还是新冠,做到早期识别,及时对症治疗,阻断传播。

国家卫健委发布的《关于印发流行性感冒诊疗方案(2020年版)的通知》中提到抗流感病毒药物,我国目前上市的药物有:

- 神经氨酸酶抑制剂: 奥司他韦、扎那米韦、帕拉米韦;
- 血凝素抑制剂: 阿比多尔;
- M2离子通道阻滞剂: 金刚烷胺和金刚乙胺。

针对新冠病毒感染者,结合临床专家意见,大多采用对症治疗,药物所能发挥的作用主要是缓解症状,建议在出现症状的初期对症用药。

- 01 出现发热、头痛、咽痛且明显影响休息和睡眠,可以服用解热镇痛药物,如布洛芬、对乙酰氨基酚,儿童可选用相应的混悬液;
- 02 出现咳嗽症状,建议使用复方鲜竹沥液、宣肺败毒颗粒、急支糖浆等;
- 03 出现痰多、咳嗽费力症状,建议使用复方甘草片、乙酰半胱氨酸颗粒等;
- 04 咽痛、咽干症状明显,建议使用华素片、西瓜霜含片等;
- 05 鼻塞流涕症状明显,建议使用扑尔敏、氯雷他定、西替利嗪或布地奈德喷鼻。

新冠病毒感染可能导致慢性病、基础疾病病情加重,患有基础疾病的人一定要规律用药,控制好病情。来源:学习强国