



沈阳疫情控制取得阶段性成效

沈阳已连续两天无新增确诊病例

沈阳市已连续两天无新增确诊病例和无症状感染者,疫情控制取得阶段性成效,中风险地区连续14天没有出现新发确诊病例可以调整为低风险区。1月13日,记者从沈阳市政府召开的疫情防控工作第二十七场新闻发布会上获悉上述消息。

沈阳连续两天无新增本土确诊病例和无症状感染者

在新闻发布会上,沈阳市卫生健康委新闻发言人、二级巡视员毛印百就疫情防控最新消息进行新闻发布。

2021年1月12日12时至1月13日12时,沈阳无新增本土新冠肺炎确诊病例和新冠病毒无症状感染者。

1月13日,本次疫情4例本土新冠肺炎患者在市第六人民医院治愈

出院。患者治愈出院后,需在市第六人民医院康复病房继续进行康复治疗及医学观察。截至目前,累计治愈出院14例。

截至1月13日12时,铁西区、皇姑区、于洪区第三轮全员核酸检测累计完成采样2324449人,累计完成核酸检测1315609人,检测结果均为阴性。

“沈阳已连续两天无新增确诊病例和无症状感染者,防疫成果来之不易,但防控工作丝毫不能放松。”毛印百表示,各地区、各部门、各单位要时刻绷紧疫情防控责任之弦,认真落实沈阳市防指一系列部署和要求,抓紧抓好抓实抓细各项防控工作,坚决打赢疫情防控阻击战。

中风险地区连续14天没有新发确诊病例可“解封”

针对中风险地区的居民比较关心的何时可以解封,需要经过什么程序等问题,沈阳市疾病预防控制中心副主任王萍进行了解答。

按照国务院联防联控机制《关于调整新冠肺炎疫情分区分级标准实施精准管控措施的通知》(国电发〔2020〕

11号)要求,经沈阳市新冠疫情防控专家组综合评估研判,并请省总指挥部同意,中风险地区连续14天没有新发确诊病例出现可以调整为低风险区,我市目前已经有8个中风险地区调整为低风险地区。但是“解封”不能解封,还要继续实施7天居家隔离管

控,在第7天进行一次核酸检测。此后仍需加强常态化疫情防控,加强社区出入人员管理,持续做好每日健康监测、出入测温,强化垃圾清运管理、环境卫生管理及重点区域消杀,倡导健康文明生活方式,做好封闭及解封人员心理疏导,严防疫情出现反弹。

市民要克服松懈心理继续做好个人防护

截至1月12日22时,本次疫情全市共涉及231个疫点,全部开展终末消毒及消毒效果评价。采集环境样品30243份,消毒面积达

205814平方米。沈阳市疾控提醒,在全市疫情防控形势逐渐向好的前提下,市民朋友们更要克服侥幸、松懈心理,

继续坚持做好个人防护,科学正确规范佩戴口罩,勤洗手、常通风、不聚餐、不聚集,保持安全的社交距离。

要提高警惕不聚餐不串门

据介绍,当前发生在河北的疫情主要分布在农村地区,以农民为主,占有病例的70.07%。冬季是呼吸道传染病的高发季节,在此,提醒广大农民朋友,千万不能放松警惕,要

始终绷紧疫情防控这根弦。日常生活中要加强对农村垃圾收集点、公厕、健身器材等公共场所和设施的定时清洁消毒。在此期间少外出不串门,可以通过视频和电话等方式互致

问候聊天。更不要参加亲朋好友的聚餐和聚会。农民朋友一旦出现发热、呼吸道症状后应主动报告,立即就诊,用实际行动支持和配合沈阳城的疫情防控工作。

沈阳开通24小时心理援助专线

沈阳依托市区两级精神专科医院,组建心理疏导专业队伍,针对患者及家属、集中隔离点、居家隔离和

管控区域等重点人群,开展心理援助服务。2部24小时心理援助专线为23813000、89606699,市民因新冠肺炎

疫情引发的心理问题,可以拨打上述电话进行咨询,缓解心理压力,消除焦虑恐慌情绪,提高自我心理调适能力。

疫情之下有人出现焦虑 失眠超过4周应寻求帮助

疫情当下有人出现了紧张、焦虑、失眠等身心反应,这些反应是否正常?市民如何进行自我调节,提高心理免疫力?在1月13日的新闻发布会上,沈阳市精神卫生中心精神疾病预防控制中心主任梁光明就记者提出的问题进行了解答。

问:疫情当下有人出现了紧张、焦虑、失眠等身心反应,这些反应是否正常?

答:在一些重大危机事件发生时,人们的身体和心理会做出一些变化,以帮助自己调动自身资源积极应对,平稳过渡。通常情况下,常会有4种现象:第一种是生理上的变化:睡眠减少、心跳增快、血压增高、身体敏感度增加、容易疲劳、记忆力下降等;第二种是情绪上的变化:心烦、紧张、焦虑、恐惧、抑郁、敏感、易激惹、缺少耐心等;第三种是行为上的变化:生活规律混乱、过度关注与事件相关的信息,人际疏离、生活懒散、反复检查与洗涤等;第四种是认知与想法的变化:觉得生活失去控制、没有安全感、对未来失去确定感,对自己的应对能力产生怀疑等。

以上这4种现象是每个人都可能出现的一些反应,这是人们在非正常非常规状态下最正常的反应。通常情况下,这些反应需要存在1-2周左右。个人群,例如老年人、儿童、有慢性躯体疾病及心理疾病的人群,可能需要回复的时间要略长一些,大概4周左右。如果这些现象的存在超过了4周,并且已经严重影响到自己的日常生活、工作、人际关系,给自己及周围人带来了苦恼和困扰,这时提示我们要加以重视、寻求专业人员的帮助。

问:如何进行自我调节,帮助提高心理免疫力?

答:身心是一体的,积极的心理状态可以帮助提高身体免疫力,大家可以从以下4个方面去进行自我心理引导与管理:

说 在人们面对和处理事件时,会产生一些情绪能量,“说”会帮助我们将这些负性能量外化,让我们身心保持在平衡与稳定。学会向亲朋好友倾诉,释放压力、寻找资源、获得帮助。也可以拨打沈阳市心理援助热线23813000,寻求疏导与支持。

学 建议大家要学会控制信息的摄入,定时定量关注正规渠道的信息,避免信息过载与混乱。学习保护自己的健康知识,向周围积极乐观的人学习应对策略,提高自己的生存智慧。

动 建议大家把运动当作减压阀,结合疫情防控的要求,结合自己既往的兴趣爱好,选择合适的运动方式,每天坚持。

畅 利用微信、视频通话等方式畅通交流渠道,建立链接,发挥情感支撑作用。同时,还要畅通“吃”与“睡”,饮食中多摄入一些富含维生素B、C,微量元素、矿物质的食物,每天保证充足的睡眠。对于睡眠有困扰的人群,可以采用音乐助眠、运动助眠、饮食助眠等多种方式调节,必要的时候寻求医学助眠。

辽沈晚报记者 董丽娜

沈阳全力保障供应链运转正常 妥善解决企业22个涉“疫”问题

本报讯 辽沈晚报记者董丽娜报道 针对疫情可能对工业生产带来的影响,沈阳建立市、区联动的工业企业供应链问题协调机制,截至目前,31户企业提出了海关通关延迟、公路运输受阻、员工不能到岗、原材料供给不足4方面38个具体问题。其中,17户企业的22个问题已妥善解决。1月13日,沈阳市工信局副局长杨栋在新闻发布会上介绍说。

针对沈阳某重点汽车制造企业面临的原料上不了岸、产品运不出去、配套企业减产等问题,沈阳市工信局积极争取上级帮助,协调当地政府支持,保障企业生产。

因省内某港口受疫情影响,部分码头封闭,企业泊靠船只无法卸货,沈阳市工信局第一时间向省、市防指报告,商请省工信厅提供援助,并积极与当地相关部门及港口进行沟通。在当地政府大力支持下,1月4日上午,企业生产原料顺利卸货。

按照沈阳疫情防控要求,进出沈阳人员必须进行核酸检测,该企业每日均有物流配送车辆离沈,沈阳市工信局协调市卫健委及大东区工信局,帮助企业与沈阳艾迪康医学检验所对接,确需离沈的物流人员可直接进行核酸检测,最快速度获得检测报告,保障了企业产品配送。

受港口严格疫情管控、精简上岗人员、严格货物消杀等影响,进出口货物交货延迟2周。沈阳11户企业均有货物滞留港口。经市工信局多方协调,港口所有关口均恢复正常开放状态,企业滞留货物已运到,积压货物也已完成通关顺利出货。

部分企业人员需要近期出国开展业务,但受疫情管控无法出行。沈阳工信局一方面积极收集出国人员名单,另一方面协调市卫健委尽早为相关人员接种疫苗,经协调后将于本月14日为相关人员接种疫苗,以便出国开展工作。

男子进站不出示健康码 和工作人员发生冲突被拘15天

旅客进入火车站乘车需要出示健康码。阜新的一对男女因拒扫健康码而与工作人员发生争执,继而发生肢体冲突。

打人旅客因阻碍执行职务、故意伤害而被行政拘留15日。

近日,一段近3分钟的视频在网络间热传,引发关注。

视频显示,在阜新南站候车大厅入口处,一名穿黑色大衣的男乘客谩骂推搡工作人员,“我打你哪啦?咋的?”随行的一名红衣女子起初还试图阻拦男子但收效甚微。工作人员俯身从地上捡起手机后,继续拒绝男子进入,“没有健康码不让进!”“必须出示健康码”。

男子火气越来越大,冲上来欲强行拉开工作人员,“咋进不去啊?你

要工作证我没有,健康码我有”,接着又喊“我叫刘××”,随后手伸到了工作人员的衣领处。工作人员回应了一句,此时本已退后的男子冲了上来,朝工作人员挥起了拳头,两人扭打在了一起,红衣女子想将两人分开但未成功。男子又开始骂旁边的另一名年轻工作人员,并且踢了两脚。

肢体冲突结束后,男子显得有些体力不支,但脏话一直未停,拿起手机冲着工作人员说道:“摊事了你们,听着没!”随后用力地朝地面吐了一口痰,指着自己的额头处,“看把我打的,你们哪有伤?”

男子拿着电话大声说道,“哥呀,我进阜新车站,他让我出示健康码,我被打倒在地啦,让我出示辽事通健康码,管我要工作证”,我说没有工作

证,有健康码’,然后就打起来了……”

网友对此事展开了议论。网友“江河燕汉”称,特殊时期,每个人都要以大局为重,千万不要任性,因为不是任性的时候。工作人员都是职责所在,必须令行禁止。这人要为自己的任性付出代价。

12日晚,阜新市委宣传部通过官方微博发布通告称,1月9日18时30分许,刘某某(男,52岁)在阜新南站进站时,因拒不出示“辽事通健康码”及相关证件被地方防疫人员劝阻,刘某某对防疫人员进行辱骂、殴打。目前,刘某某因阻碍执行职务、故意伤害,被公安机关依法处以行政拘留15日,并处200元罚款处罚。

辽沈晚报记者 金国建