

今起沈阳多家银行首套房贷利率降至3.9%

记者昨日从多家楼盘、银行、以及房产中介机构获悉，自2月1日起至4月1日，沈阳市多家银行首套房贷利率将下调至3.9%。

今年1月，中国人民银行、银保监会发布通知，决定建立首套住房贷款利率政策动态调整机制。

昨日下午1时许，中国农业银行沈阳分行北陵支行个人信贷部周姓工作人员向记者确认此事，“我们明天将正式开始执行首套房贷利率3.9%的最新政策”。他告诉记者：“在我们准入的前提下，办理首套房贷周期在一周以内，如果遇到特殊情况还可以加急办理。”

记者经过多方联系，先后从中国邮政储蓄

银行股份有限公司沈阳市分行、交通银行股份有限公司辽宁省分行、中国工商银行股份有限公司沈阳分行、中国光大银行沈阳分行、沈阳农商银行等确认此次降息政策。多名银行工作人员均向记者表示，已经接到相关通知，将从2月1日起执行首套房贷3.9%利率。“以30年期限，贷款总额100万为例，还款总额可省约4万元。”具有14年房地产销售经验的业内人士闫明伟向记者讲述3.9%利率带给购房者的利好。在本次利率调整前，沈阳首套房贷年利率是4.1%。如果贷款总额100万，等额本息还款30年，购房者月供将从4831.98元降至4716.68元，每月减少还款

115.3元，还款总额从173.95万元降至169.8万元。

2月1日—4月1日，被购房者们视为“窗口期”。4月1日以后是否延续3.9%利率，与首套住房贷款利率政策动态调整机制有关。闫明伟说，近期有购房计划的市民应在一季度内，完成备案及贷款办理才可享受首套房贷利率优惠。

辽沈晚报记者 康科峰



深度报道专家

“阳康”后多久才能接种其他疫苗？
沈阳疾控专家权威解答

“阳康”后还用接种新冠病毒疫苗吗？“阳康”后至少一个月才能接种其他疫苗吗？1月31日围绕新冠及其他疫苗接种的热点问题沈阳市疾病预防控制中心免疫规划所专家给予详细解答。

“阳康”后还用接种新冠疫苗吗？

答：一次感染新冠后，短期内身体会保持较高的中和抗体水平，再次感染风险并不高。既往新冠病毒感染者，在感染6个月后接种一剂。

另外，春节前后返乡人群流动性高，接触到病毒的可能性更大，第一波未感染的人被感染的风险增加。所以建议未感染的人群，尤其是60岁以上老年人，尽快接种新冠疫苗，完成加强免疫，保护好自己。

“阳康”后至少一个月才能接种其他疫苗，是真的吗？

答：并非如此！痊愈后且没有接种禁忌就可以接种其他疫苗！

中国疾控中心首席专家王华庆在新闻发布会上表示：“只要痊愈了，也没有疫苗接种的禁忌症，后续常规疫苗就可以进行接种或补种”。具体情况可以咨询接种医生，一般3—7天无症状就可以说病情痊愈了。

“大阳康”成人疫苗如何接种？

答：过去疫苗常聚焦于儿童，成人疫苗一直被忽略，随着近年新冠疫苗的使用，越来越多成人疫苗走入人们视野。

常见成人疫苗有哪些呢？流感疫苗：流感病毒易变异，建议每年接种流感疫苗。

HPV疫苗：适用于9—45岁女性。
乙肝疫苗：推荐乙肝病毒感染高危人群及时接种，定期监测抗体。

肺炎疫苗：推荐老年人、免疫功能低下等高危人群接种。带状疱疹疫苗：适用于50岁及以上人群。

“小阳康”儿童疫苗如何补种？

答：新冠病毒不仅攻击成人，儿童也深受其害。一些儿童因感染新冠等原因未按时接种疫苗也不用怕。疫苗免疫程序是根据接种后抗体水平变化、疾病感染风险、临床试验和多年科学实践为依据而制定的，按程序接种可以获得最好的免疫效果。延迟接种一般不会影响免疫效果，但会延迟疫苗发挥保护作用的时间，增加疫苗所预防疾病的感染风险。若因感染新冠病毒或其他原因延迟接种，痊愈后需要及时去补种。如果还有咳嗽等症状，建议延迟或咨询医生后接种，因为这些症状可能会影响疫苗不良反应的判断。

辽沈晚报记者 王鹏



冰雪运动应格外注意安全，冬季以来骨科医院门诊量涉雪患者增加一倍。

辽沈晚报记者 王迪 摄

构，引发慢性疼痛和习惯性扭伤。

再有就是腰肌劳损，有的患者在滑雪过程中，因为雪鞋固定住了我们踝关节，为了保持平衡，往往会通过反地曲腿弯腰等动作来压低重心位置。长期往复进行这些动作，使腰背肌长期处于牵拉状态或某种不平衡的体位，会导致腰部局部软组织疲劳，出现筋膜炎、缺血水肿、无菌性炎症等。另外，一些滑雪爱好者在做一些难度较大动作时容易出现腰部肌肉急性损伤。

滑雪爱好者在进行运动时如何预防，才能避免受伤，一旦受伤如何处理？高焕东副主任表示，在滑雪运动前首先要对自己身体素质进行一个评估，而且需要提前做好身体管理。因

为在滑雪时身体的重力都会压在双膝上，体重过重对膝盖是极大的负担。另外，对腿部、臀部等部分肌肉的锻炼也是在滑雪前必不可少的事情。

在进入雪道前热身运动是必不可少的，冬季总体上比较冷，关节容易紧张、僵硬，血液循环差，所以热身很重要。手腕、膝关节、足踝关节都需要热身，在滑雪前动一动这些关键部位很重要。其次，需要使用相应的护具，护腕、护肘、护膝都要应用。最后，在受伤后一定要先判断自己的伤情，如果有异常的响声，说明损伤比较重，千万不要硬撑，觉得自己可以移动就并无大碍，这是大错特错的。

辽沈晚报记者 王鹏

沈阳红梅文创园获评“省级旅游休闲街区”

近日，辽宁省文化和旅游厅公布第二批省级旅游休闲街区名单，沈阳红梅文创园入选。

根据《辽宁省文化和旅游厅关于开展国家级旅游休闲街区申报推荐和省级旅游休闲街区认定工作的通知》安排，省文化和旅游厅在各单位自愿申请，各市推荐的基础上，经专家评审和社会公示，对第二批省级旅游休闲街区名单进行公布，共确定省级旅游休闲街区5家。

其中，沈阳红梅文创园旅游休闲街区以工



业历史资源为基础，融入美食、音乐、休闲、时尚、艺术、文化等诸多元素，为街区文化产业高质量融合发展提供全新动能。

近年来，在沈阳市文化旅游和广播电视台局的大力推动下，沈阳塑造了以中街、老北市等国家级旅游休闲街区为代表的品质街区。这些街区满足了人民对文化和旅游休闲的多元化需求。

辽沈晚报记者 周学芳

◀近日，沈阳红梅文创园入选省级旅游休闲街区。
辽沈晚报记者 曲值 摄



你的心愿就是我出发的起点