

本市已进入呼吸道传染病高发季节，呈现多种病原体共同流行的态势。目前，流感处于流行期，发病人数呈快速上升趋势。市疾控中心近日提醒市民做好个人防护、积极接种疫苗，构建好免疫屏障。

呼吸道传染病进入高发季

专家提醒“多病共防”

□本报实习记者 宗晓畅 通讯员 申婧

流感流行高峰早于往年

市疾控中心副主任、流行病学首席专家王全意介绍，从儿童医院和儿研所门诊就诊情况来看，目前肺炎支原体的流行强度已下降至儿童呼吸道感染第四位，排名前三位的为流感、腺病毒、呼吸道合胞病毒。另外，从呼吸道病原学监测结果来看，当前本市全人群呼吸道感染病例数居前三的依次为：流感、鼻病毒、呼吸道合胞病毒。

本市建立了全球最为完善的流感监测体系，全市一级以上医院全部报告流感样病例，39家哨点医院进行病原学监测，样本量大、结果可靠。根据监测情况来看，目前，流感的发病呈快速上升趋势。目前，门诊中流感样病例的流感病毒核酸阳性率上升至40.75%。

王全意介绍，目前流感处于流行期，较往年有所提前，预示着今年的流感流行高峰也将早于往年到来。肺炎支原体感染发病人数呈下降趋势。新冠病毒主要

流行株为XBB变异株，持续保持较低的流行水平。由于多种病原体共同流行，总体感染人数会呈现上升的趋势，可能会导致高位平台期长一些，医疗需求也会增加，医疗机构要做好应对压力的准备。

防护呼吸道传染病注意“多病共防”

王全意提示，感染过一种呼吸道传染病的人还有可能感染其他种类，出现混合感染、先后感

染，不要放松警惕。在防护呼吸道传染病的过程中要特别注意多病共防。尽量少去人群密集等感染风险较高场所，乘坐公共交通工具或去人员密集的公共场所时要科学佩戴口罩。

同时，重点人群、重点场所尤其要做好防护。学校、托幼机构要做好日常防控，以通风换气、清洁卫生为主，预防性消毒为辅，严格落实好晨午检、因病缺勤登记和报告等制度，减少聚集性疫情风险。养老机构要积极组织老年人和相关工作人员接种新冠、流感等相关疫苗，尽可能减少外来人员探访，保证探访人员做好戴口罩等防护措施。



【健康红绿灯】

绿灯

涂抹唇膏前先水敷保湿效果好



润唇膏睡前涂好，可以滋润一整夜直到第二天早晨，这样嘴唇就不易干燥了。唇膏属于化工产品，一般1天使用3次左右即可。当嘴唇出现干裂时，直接涂抹唇膏不一定有效果，最好先水敷。用凉的纯净水倒在化妆棉上，敷在唇部，让嘴唇充分吸收水分后再涂抹润唇膏，保湿效果更好。

红灯

吃碳水太少容易抑郁



碳水化合物是神经系统和心脏的主要能量来源，可在肠道中水解成可被人体吸收利用的葡萄糖。在不吃或少吃主食的情况下，神经递质容易发生紊乱，出现很多神经系统功能方面的问题，如情绪沮丧、思维能力下降、失眠、抑郁等。

·广告·

丰台区市场监管局方庄街道所

开展茶叶过度包装专项治理

节日临近，茶叶销售迎来高峰，为营造健康有序的经营环境，丰台区市场监管局方庄街道所做好“三个一”，进一步推进落实茶叶过度包装专项治理工作。

开展一次摸排 执法人员分组分批对茶叶产品流通领域过度包装问题进行专项检查，以辖区

茶叶专卖店、中小型超市为检查对象，重点检查茶叶包装层数、包装空隙率等指标，全面督促茶叶生产经营者自查自纠，为茶叶包装“瘦身”。

组织一场培训 召开限制茶叶过度包装国家标准培训会，组织辖区内张一元等6家茶叶经销

商户，围绕茶叶的规范包装、监督检查重点事项以及产品包装相关条例等进行讲解培训，并发出合理包装的倡议。

签订一份承诺书 培训会中，茶叶经销商户负责人现场签订《抵制茶叶过度包装承诺书》，落实茶叶销售主体的宣传引导，

积极倡导简包装、轻包装、循环利用包装，督促经营者不采购、不销售过度包装的茶叶。

下一步，方庄街道所将继续坚持做到市场引导、强力监督、远近结合、标本兼治，确保茶叶过度包装治理工作取得实效。

(石语凝)

2023年11月下旬刊 本期看点

聚焦

勇于创新的科技“领路人”

他们，长期奋战在科研一线，坚持面向世界科技前沿，在前沿领域和基础研究上深耕细作；他们，勇攀科技高峰，为科技强国建设贡献智慧和力量；他们，是国家科技工作者的代表……本期，我们采访不同行业的六位科技领域劳动模范，让您感受他们带来的科技创新力量。

直抒胸臆

以技为荣 助“工”成“匠”

“轨道上的京津冀”职工职业技能竞赛、“蓝色星际杯”安全防范设备值机员职业技能竞赛、2023年北京市职工职业技能大赛……近年来，国家高度重视技能人才队伍建设，北京市各级工会以举办各类技能大赛为契机，构建全方位、高层次、多途径的技能人才培养体系，打造高素质、高水平技能人才队伍，以人才为引领推动产业结构转型升级，助力职工从“工”成“匠”，大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，激励更多一线劳动者特别是青年一代走技能成才、技能报国之路。

A VIEW OF LABOUR UNIONS

工会博览

2023 11月 下旬刊

北京市总工会主管主办 中国工人理论研究会优秀期刊

封面人物

胡小宁：

高铁检修的“最强大脑”

在中国铁路北京局集团有限公司北京动车段检修车间从事动车组检修工作的胡小宁，先后荣获“铁路工匠”“北京工匠”“首都工匠”“北京市劳动模范”“北京市优秀共产党员”等荣誉称号。他从事动车组检修工作15年，始终坚守在动车组检修一线，先后参与多项重大任务，为北京局集团公司动车组检修工作做出了突出贡献。

劳模

中记股服曝托 奋力谱写新时代新征程工会工作新篇章

勇于创新的科技“领路人”

ISSN 1009-9166

7110093123