



# 疫情当前如何正确选购食品

近日,宁夏、山西等多地陆续发现有进口水果检出新冠病毒核酸阳性,不免让人对进口食品的安全产生担忧。特别是临近春节,大家置办年货的需求不断增加,各类消费进入高峰期。疫情当前,还能购买进口食品吗?网上购物应采取哪些安全措施?1月4日,记者就相关问题采访了市疾病预防控制中心副主任、主任医师孙秀华。

据孙秀华介绍,冬季新冠病毒进入活跃期,许多国家处于新冠疫情的高发期,进口食品容易受到污染,进口冷链食品、进口非冷链物品及邮件快件输入风险加大,当前情况下,不提倡购买进口货品、食品,不购买来源不明的冷链食品,谨慎购买国内中高风险地区 and 涉疫地区产品,最大限度降低感染风险。

要到正规超市或市场选购生鲜食品。要关注食品产地、来源等相关信息,并详细查看“四证”——报关单、检验检疫证明、核酸检测阴性报告、消毒证明。选购冷冻冰鲜食品时应正确佩戴口罩,避免用手直接接触食品及包装表面,可使用一次性塑料袋反套住手来挑选。随身携带免洗洗手液或酒精棉球、棉片,用于购物后手部和物体(手机、钱包等)表面消毒,或用流动水+肥皂或洗手液洗手。洗手前,双手不碰口、鼻、眼等部位。

接收快递包裹时,倡导快递、外卖无接触式配送,个人要做好防护,佩戴一次性手套和口罩,避免用手直接接触。收取快递后,不要带进家中,要立即对快递进行消毒,拆掉外包装处理完包裹以后,要及时摘下手套,用流动的水或者酒精免洗液洗手,把快递物品带到家里之后,用酒精喷洒在所购物品上消毒,避免用手碰眼、鼻、口等结膜处。

同时要密切关注各地涉疫货品疫情信息,接触涉疫货品后必须第一时间主动向所属社区(村居)报告,配合落实核酸检测、健康监测、隔离管控等措施。

针对购买进口食品后如何安全处理,孙秀华提醒大家注意:1、首先对购买的进口食品使用75%酒精或500mL/L的84消毒液对内、外包装做擦拭或喷雾消毒,与冰箱里其他熟食分开存储。加工处理进口食品时,戴上口罩和一次性手套,用盆装水清洗,不要在水龙头下直接冲洗,防止水花飞溅,处理过程避免用手直接触摸口眼鼻。处理完毕后,需彻底清洁双手,并使用75%酒精或500mL/L的84消毒液对所用容器、刀具、砧板等器具进行消毒。食用时,进口冷链食品要开锅煮熟煮透后再吃,避免生吃、半生吃、酒泡、醋泡或盐腌后直接食用。

记者 马琳

预防疾病 共享健康

市疾病预防控制中心

传染病防控咨询电话:5315138、5316867 艾滋病咨询电话:5380196

## 吃草莓会得出血热? 奥密克戎携带感冒病毒基因?

# 这些“热门”谣言也该凉了

岁末年终,“闹腾”了一年的谣言依然没有消停。2021年12月份热点事件频出,各种谣言也跟着“蹭热度”:吃草莓会得出血热;奥密克戎变异毒株携带感冒病毒基因;口罩熔喷布层数越多,防护效果越好……最近寒潮一波接一波,这些2021年12月冒出来的“热门”谣言也该凉了。

**吃草莓会得出血热?**  
**真相:该病主要传播途径为鼠传人**

今年入冬以来,陕西省西安市各大医院相继接诊多例出血热患者。每年10月开始,陕西关中地区就进入出血热高发季,这里也是全国出血热的高发地区。就在最近,“吃草莓会得出血热”的消息传遍了朋友圈,一时间闹得人心惶惶。那么,草莓到底是无辜“躺枪”还是罪魁祸首呢?

“吃草莓和患出血热,二者之间并无直接关系。”天津泰达医院重症医学科主任医师王一曼在接受科技日报记者采访时表示,出血热即肾综合征出血热,又被称为流行性出血热,是由布尼亚病毒科汉坦病毒引起的自然疫源性疾

病。我国是出血热的高发地区,鼠类动物是主要的传染源。王一曼解释,感染该病毒的鼠类的血、唾液、尿、粪便中均含有病毒,且具有传染性。“当人们被感染了汉坦病毒的鼠类咬伤,或是接触被感染病毒鼠类排泄物污染的物品,就有可能感染上汉坦病毒,但这种病毒并不会在人与人之间传播。”他说。

“其实不只是草莓,任何食物如果沾上了

带有病毒的鼠类的排泄物,且未经消毒就被人吃掉的话,就可能使人患上出血热,这和食物种类无关。”王一曼说。

最后,王一曼提醒,出血热是一种可防可治的疾病,汉坦病毒对乙醚、氯仿等敏感,不耐热、不耐酸,对紫外线、酒精和碘酒等消毒剂敏感,因此在生活中,我们只要做好防鼠灭鼠、对外购食品进行有效的清洁,就能有效预防出血热。

**奥密克戎携带感冒病毒基因?**  
**真相:两种病毒不可能融合**

2021年12月8日,世界卫生组织总干事谭德塞在日内瓦举行的记者会上表示,来自南非的最新疫情数据表明,变异新冠病毒奥密克戎的感染风险有所上升。同时,他也表示,有证据表明奥密克戎导致的疾病症状比另一变异新冠病毒德尔塔轻。近来奥密克戎的“异军突起”,也引发了人们的种种猜测。其中,“奥密克戎携带感冒病毒基因”的说法流传甚广。

“奥密克戎突变株是新冠病毒的一个新的突变株,和之前出现的阿尔法、德尔塔类似,都是由于新冠病毒在人群中大量传播后发生突变而产生的。”湖北大学生命科学学院教授陈纯琪介绍,奥密克戎变异毒株于2021年11月9日在南非被首次发现,该变异毒株之所以受到了广泛关注,是因为其刺突蛋白带有多达32个突变位点,这可能导致病毒发生免疫逃逸,进而更容易感染人体。

陈纯琪指出,奥密克戎变异毒株主要是在

病毒的外壳蛋白发生了变异,而病毒的外壳蛋白就是病毒感染人体细胞的地方。“虽然病毒发生了变异,但和其他的突变株一样,该病毒所携带的基因仍是新冠病毒的遗传物质。而普通流感病毒属于正黏液病毒,虽说新冠病毒和流感病毒都是RNA病毒,但这两类病毒感染人体的机制不同、病毒复制的过程、基因组的结构也不同,所以不会融合在一起。”她说。

**口罩熔喷布层数越多,防护效果越好?**  
**真相:选对口罩,一层就能达到防护效果**



德尔塔余威不减,奥密克戎又来势汹汹。面对传播力越来越强的新冠病毒,有不少商家开始售卖“加厚口罩”“多层熔喷布口罩”,号称多层熔喷布口罩防护力更强。还有人外出时会佩戴多个口罩,觉得这样防护效果更好。

事实是否真是如此呢? “选择正确的熔喷布口罩,一层就能达到很好的防护效果。但如果选了不合适的口罩,再多层、再厚也可能没有防护效果。”天津工业

## 你会管理家庭药箱吗? 这份攻略请收好

家有药箱,心中不慌。但你知道如何正确储存药品吗?北京协和医院药剂科副主任赵彬说,为了家人的健康和安全,储备药品时,在种类选取、存放环境、清理丢弃等方面都有不少细节需要注意。

首先,药箱的选择有讲究。赵彬说,药箱应干净、干燥、无异味,大小适宜,结构简单,方便取用、结实耐用,避免使用纸箱,避免过深,密闭容器不是必须的。

药箱里应存放哪些药品和器具?赵彬认为,可根据自己及家人的疾病和身体情况,准备以下几类:体温计、血糖仪、血压计、剪刀、镊子等器具;常用药品:如自己正在使用的药品、感冒药、退烧药、止泻药、止咳药、胃动力药、抑酸药等,应急药品:如抗过敏药、酒精、烫伤药膏、止血药、消毒防腐药等;创可贴、纱布、口

罩、胶带、棉棒、手套等耗材;维生素、鱼油、软骨素、褪黑素等正规保健品。除了医生开具的药品外,不要自行储存和使用处方药。

“药品可根据家庭成员健康状况、年龄等因素分类存放,可分为儿童药品、成人常用药品、老年慢性疾病药品等。”赵彬说,儿童药品与成人药品应分开摆放,内服药品与外用药品也应分开摆放;药品外包装盒不要扔,应与药品放在一起储存;不要合并药品。最后,记得列一个药品清单。

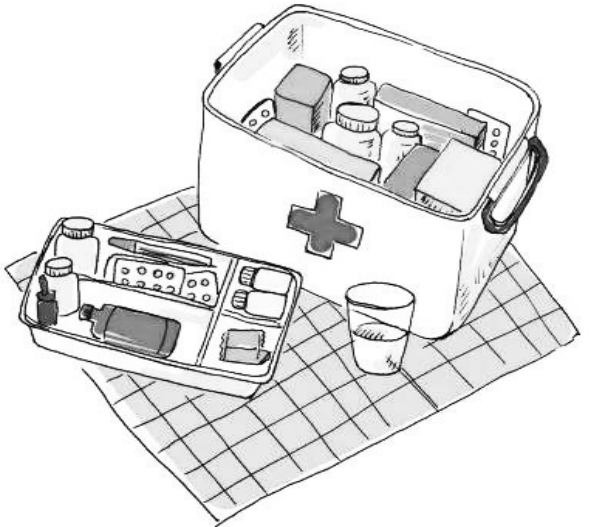
药品存放不当,可能危害健康。赵彬说,药品应严格按照说明书进行存储,通常,药箱摆放位置的温度不能过高或过低,要避免放在冰箱内、取暖器旁、电热毯上等,部分药品可根据使用说明置于冰箱中。同时,药箱摆放处的湿度应

适中,避免把药箱放在干燥箱、浴室或卫生间内。

“家长还要避免把药箱放在儿童轻易能够拿到的地方,以免孩子误服药品。”赵彬说,为此要注意:不要随手放置药品,服药后收好药品,保持药品瓶盖盖紧,不要为了让孩子配合吃药而告诉孩子药品是糖,不让孩子看见药品摆放位置。

此外,赵彬建议,定期清理并丢弃过期药品,每3个月对药品进行一次检查。要将药品全部取出、逐一检查摆放,观察是否发生了颜色、硬度与黏度变化,是否发生油水分层、澄明度变化,是否有结晶或吸湿情况,是否发霉等。过期药品和包装应投入有害垃圾箱中,丢弃前应对药品进行毁形,特殊药品还须交还医院处理。

新华社



- (上接第3版)
- (五)认真处理信访举报,对问题线索进行集中管理和处置。
  - (六)依规依纪开展纪律审查,严肃查处违纪问题。
  - (七)按照管理权限作出问责决定或者提出问责建议。
  - (八)协助驻在单位党组(党委)做好巡视巡察工作。
  - (九)完成派出机关交办的其他任务。

**第四十五条** 健全派驻监督工作机制,统筹协调派出机关内设监督检查室、派驻纪检监察组、地方纪检监察机关、巡视巡察机构等力量,通过“室组”联动监督、“室组地”联合办案等方式,提高派驻监督质量。

县(市、区)纪律检查委员会监察委员会开展派驻监督工作,应当保证派驻机构人员力量,推动监督工作向基层延伸,采取综合派驻、工作协作等方式,提升监督效能。

### 第七章 队伍建设和监督

**第四十六条** 党的各级纪律检查委员会必须坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践、推动工作,突出抓好党的政治建设,教育引导纪检监察干部不断提高政治判断

力、政治领悟力、政治执行力,带头践行“两个维护”,敢于善于斗争,做到忠诚干净担当。

**第四十七条** 贯彻新时代党的组织路线,坚持党管干部,严把干部准入关,加强思想淬炼、政治历练、实践锻炼、专业训练,加强理论研究和学科建设,提高把握政策、监督执纪、做思想政治工作等能力,建设高素质专业化干部队伍。

**第四十八条** 加强作风建设 and 纪律建设,保证纪检监察干部严守政治纪律和政治规矩,模范遵守党的纪律和国家法律,坚持实事求是,深入开展调查研究,密切联系群众,树立纪律严明、作风深入、工作扎实、谦虚谨慎、秉公执纪的良好形象。

**第四十九条** 加强监督执纪规范化建设,健全法规制度,规范工作流程,牢固树立法治意识、程序意识、证据意识,依规依纪依法行使纪律检查权。

**第五十条** 党的纪律检查委员会必须接受最严格的约束和监督,在同级党委和上级纪委的领导、监督下强化自我监督,自觉接受党的组织和党员的监督。建立完善监督检查、审查调查、案件监督管理、案件审理相互协调、相互制约的工作机制,发挥

内设干部监督机构、机关纪委等作用,加大监管和自我净化力度,坚决防治“灯下黑”。

党的纪律检查委员会应当自觉接受民主监督、群众监督、舆论监督等各方面监督。任何单位和个人对纪检监察机关、纪检干部的违纪违法行为,有权提出检举、控告。

**第五十一条** 严格执行纪检监察干部打听案情、过问案件、说情干预问题报告制度,有关情况应当登记备案。

纪检干部发现审查组工作人员未经批准接触被审查人、涉案人员及其特定关系人,或者存在交往情形的,应当及时报告并登记备案。

**第五十二条** 办理纪检事项的纪检干部存在可能影响事项公正处理情形的,应当主动申请回避,被审查人、检举控告人以及其他有关人员也有权要求其回避。

**第五十三条** 纪检干部应当严格执行保密制度,不准私自留存、隐匿、查阅、摘抄、复制、携带问题线索和涉案资料,严禁泄露审查工作情况。

纪检干部离职的,应当严格遵守有关离职后从业限制的规定,三年内不得从事与纪律检查工作相关的职业。

学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想

幸福都是奋斗出来的

创建全国文明城市 做遵德守礼荷泽人