

两江热议

# 科学认识疫病 科学防控疫情

■刘代荣

今年春节期间,突如其来的一场新冠肺炎疫情,不仅打乱了人们的正常工作、学习和生活,也让人们再一次感到了疫情的可怕。如何科学认识疫病,携手应对人类的共同“敌人”,成了全世界各国政府、医务工作者、科学家和大众面临的问题。

疫病作为一种流行范围广、传染性强、致死率高的疾病,自古以来就是威胁人类的天敌。在我国,有关疫病的记载最早可追溯到公元前13世纪,《小屯殷虚文乙编》记载,巫师问商朝大王是否染了瘟疫,并占卜是否会蔓延。《说文解字》解释:“疫,民皆疾也。”意思是众人都会感染的病。据《中国救灾史》不完全统计,周代1次,秦汉13次,魏晋17次,隋唐17次,两宋32次,元代20次,明代64次,清代74次,在我国历史上曾发生的疫病次数如此之多,危害之巨。曹植在《说疫气》一文中描述:“家家户尸之痛,室室有号泣之哀,或阖门而殪,或覆族而丧。”造成上千万人死亡,万户萧疏鬼唱歌。

在长期的抗击瘟疫中,祖先们对疫病由无知到认知再到科学,逐渐探索出了一些行之有效的治疗方法。古代,人们还不具备科学知识,在很长一段时间,把疫病统称为“伤寒”,把霍乱、痢疾、天花等都归入疫病。对疫病的起因也不甚了解,或认为是瘟神作怪,或认为是阴阳失调。大约从宋朝起,提出了病气说,认为是病气导致疫病的发生。同时,科学的观点认为疫病来源于动物,比如东汉末年的大疫情就认为是马、牛、羊等作为病毒宿主流传;明末大灾难,更是认定为鼠疫。这些认识,已接近现代科学和现代医学。

在我国漫长的抗疫实践中,中医发挥了巨大的作用。《周礼·地官》就有司教一职,“凡岁时有天惠民病,则以节巡国中及郊野,而以王命惠。”张仲景的巨著《伤寒杂病论》,是我国第一部从理论到实践的中医临床基本原则的医学专著。到了宋代,每当疫病流行,太医局和翰林医官都会到各地治病,药费多由朝廷拨付。元代设立了民间医户制度,朝廷组织医户参与疫病治疗。明末清初,传染病学专家吴有性在吸收前人宝贵经验的基础上,创立了一系列中药方剂,为治疗疫病发挥了重要作用。同时,古人也把隔离作为切断传染源最有效的方法,《汉书·平帝纪》记

载:“元始二年,旱蝗,民疫者,舍空邸第,为置医药。”这是我国最早对疫病人实施隔离措施的记载。到了晋朝,隔离已成为制度,设立专门的隔离机构——六疾馆。北宋末年,各地还设置“安济坊”负责疫病隔离工作,收效显著。

这次抗击新冠肺炎疫情,在习近平总书记亲自部署、亲自指挥下,中国政府强有力的干预措施显著改变了疫情蔓延的“曲线”,为世界争取到了宝贵的“窗口期”,也为各国分享了中国抗击疫情的经验。正如世卫组织指出的,中国抗击疫情的好做法:全民动员和科学防控,早发现、早隔离、早治疗,针对不同地区采取“差异化”的防控措施等。科学防疫成为了打赢新冠肺炎疫情的关键。

战“疫”仍在继续,胜利的曙光已不远。当前,各级党组织和广大党员、干部仍然要保持清醒的头脑,一如既往地扛起责任,发挥好科学之智,扎实抓好各项工作落实,统筹推进疫情防控和经济社会发展。

## 抗疫观点集锦

众志成城,没有克服不了的困难;齐心协力,没有跨不过的沟坎。中华民族是从艰难困苦中走过来的,经历了太多太多的磨难,付出了太多太多的牺牲,进行了太多太多的拼搏。这次疫情再一次激发了我们强大的战斗力,我们有信心、有能力、有把握打赢这场硬仗!  
——秦川

疾病没有国界,疫情是人类面临的共同挑战。在中国抗击疫情的斗争中,国际社会纷纷伸以援手。170多个国家领导人、40多个国际和地区组织负责人向中国表示慰问和支持,60多个国家和多个国际组织向中国捐赠抗疫物资。而当疫情在全球多点暴发和扩散时,中国展现担当,在做好国内防控工作同时,积极开展合作、分享经验、提供帮助,与世界各国并肩战斗、筑牢抗疫防线,以实际行动诠释人类命运共同体理念的价值,向全球传递信心和力量。“山川异域,风月同天”,秉持人类命运共同体理念,发扬开放、共享、协作精神,同舟共济、携手应对、共同战“疫”,是国际社会唯一正确的选择。

唯有如此,人类才能早日战胜疫情,重回生活的幸福安宁。  
——毛同辉



鱼跃荷香(国画)。作者 雍进成



重庆市全民科学素质纲要  
实施工作办公室 主办

## 科学防疫·日常生活100问

**5问:**当前,我市疫情防控响应等级已从二级下调至三级响应,对复工复产、复市复消有什么要求?

**答:**市商务委对此专门作了部署,明确:加快推进商贸服务业企业、网点(门店)复工复产,确保在本月底实现全面复工复产、复市复消;全面恢复相关营业场所正常经营秩序,开放所有进出口,取消人员流动限制措施;全面恢复餐饮门店堂食服务,从业人员“戴口罩”服务,取消餐桌、餐位摆放等限制措施;全面推广使用“渝康码”,实现各商贸营业场所人员和货物安全、有序流动。  
(重庆市商委)

**6问:**近期,我市推出“春暖花开 美好生活”为主题的“十个一”系列专题活动的具体内容是什么?

**答:**据了解,此次“春暖花开 美好生活”活动主要是吸引广大市民走出家门,拥抱春暖花开,享受美好生活。内容包括:吃一碗小面,涮一次火锅,享一回美容美发,购一批扶贫商品,品一顿美味佳肴,逛一次商圈商场,进一次车市,订一批网单,喝一场下午茶,泡一次书店。  
(重庆市商委)

**7问:**下一步,我市在提振消费、促进消费方面还有哪些举措?

**答:**一方面,将继续深化“十个一”主题消费活动,并号召我市机关、事业单位、国有企业的广大干部职工带头消费,共同来努力营造消费的氛围。另一方面,策划举办消费促进季活动,将统筹开展商圈购物、汽车惠民、家居展销等一系列购物消费促进主题活动。拟从4月份开始到6月份二季度高频率推出丰富

多彩的促销活动,涉及实物消费和服务消费各个方面。同时,还将结合春夏季节特征,推动商文旅联动,创新举办各类美食、文化、旅游、体育消费促进活动。

此外,鼓励支持各个区县结合自身实际和消费特点,举办一系列特色主题消费促进活动,共同营造消费市场氛围。  
(重庆市商委)

**8问:**近期我市推出的“网上去旅游”活动有什么优惠?

**答:**“千番旅行”是重庆本地城市级旅游线上综合服务平台,市民可通过平台查阅旅游信息、网上下单等。这次“网上去旅游”活动,整合了100余家文旅商户,推出覆盖景区、酒店、餐饮和文创等多个类别的特惠文旅商品,消费者可以2.9折抢购五星级酒店房间、不到100元住进5A级景区周边酒店、299元购入专属重庆文创好礼。  
(重庆市商委)

**9问:**疫情期间收到交巡警“蓝色罚单”是怎么回事?

**答:**全民抗击新冠肺炎疫情的特殊时期,重庆市各区实行了严格的管控措施,一些车主无法回到小区车库或出行找不到停车位便将车辆停在路边。针对这一特殊时期推出了人性化交通管理新模式,制作了一批“温馨提示”告知单,以此来警示教育车主尽快驶离,如未驶离将依法予以处理,确保疫情防控期间道路畅通、安全、有序。  
(重庆市交巡警总队)

**10问:**目前学校还未复课,不少孩子宅在家里玩

手机,据说长时间玩手机会导致急性失眠?

**答:**科学研究表明,睡前玩手机、看电视似乎确实会对睡眠产生一定影响。疫情期间长期在家,尤其是小孩,影响更大。实际上,使用发光的电子产品会减少人体褪黑素的产生,进而影响生理周期、影响睡眠。在夜间眼睛对蓝光最敏感,长时间在这种光线下,就抑制了褪黑素的分泌,让人难以入睡。疫情期间作息不规律、玩手机等因素,导致睡眠出现障碍,这种情况没有超过三个月的多为急性失眠。  
(科普中国)

**11问:**清明节临近,今年我市清明祭扫有何要求?

**答:**据市民政局有关负责人介绍,2020年清明节祭扫工作方案明确提出:分类开展多样化祭扫服务,严格实行预约、限量、分时、错峰祭扫。

具体按4类管理:全市所有殡葬服务机构暂停组织集中祭扫、集中公祭、公益性安葬、现场宣传展示和农村清明会等集体性活动;全市骨灰寄存堂、骨灰塔陵园等相对封闭的室内祭扫场所暂停现场祭扫服务;全市公墓(陵园)在严格落实疫情防控措施的前提下,根据承载量,严格实行预约、限量、分时、错峰祭扫;对农村散坟、历史埋葬点群众祭扫加强宣传引导,防止人员扎堆聚集。

同时,提供多样化服务:代客祭扫可通过网络、电话等方式委托殡葬服务机构代为祭奠亲人;大力倡导网络祭扫服务,开通移动客户端、微信公众号等,为群众提供更加方便快捷高效的祭扫服务。  
(重庆市民政局)