

疫情防控工作怎么做？太原市疫情防控办再开“处方”

针对当前国内多地发生零星散发病例和局部聚集性疫情，为科学有效阻击病毒蔓延，1月19日，太原市疫情防控办印发《通知》，要求各级政府、部门、单位及群团组织充分利用各种平台，采取不同形式，对十个方面内容全面开展疫情防控科普宣传，普及推广良好卫生习惯和健康生活方式，持续提升群众疫情防控的意识和能力。

1. 如何做到正确洗手

外出归来、口罩戴前摘后、餐前便后、接触公共设施(物品)后，均应使用七步洗手法(内、外、夹、弓、大、立、腕)，做好手部清洗消毒。

2. 如何做到减少聚集

节日期间任何单位和个人不得组织集体团拜和大型慰问、演出、联欢、培训等聚集活动。各级党政机关和企事业单位要从严控大型会议及各类活动，严格执行“非必要不举办、谁举办谁负责”要求。特殊时期倡导丧事简办、喜事缓办、各类宴请不办。

3. 如何做到谨慎出行

非必要不出市、不出省、不出境，特别是不前往中高风险地区和中高风险地区所在的城市。提倡在工作地或居住地过节，公职人员要带头就地居家过节。鼓励在外务工人员留在务工地过年，减少跨区域流动，把疫情传播风险降到最低。

4. 如何做到科学就医

所有到医院就诊人员，要自觉遵守疫情防控有关规定，主动出示健康码和行程卡，并配合工作人员测量体温及进行流行病学筛查。所有患者及家属必须全程规范佩戴口罩，就诊时自觉保持1米以上间距。为减少聚集和等待时间，可提前做好网上预约。

5. 进入公共场所如何做

医疗机构、商场、超市、农贸市场、餐饮、酒店、娱乐场所、交通场站等重点场所对不戴口罩者，拒绝其进入。有条件的可在入口处设置口罩自助售卖机或口罩免费配发点。

6. 个人出现发热症状怎么办

若个人或家庭成员出现发热、干咳、乏力等可疑症状，第一时间到就近发热门诊就医，不建议乘坐公共交通工具前往。就诊时如实向医务人员告知外出旅居居住史及可疑人员接触情况，积极配合调查和诊疗。

7. 返(抵)太原市人员如何做

境外、国内中高风险地区返(抵)太原市人员，以及与确诊病例密切接触者，要第一时间向所在村(社区)、单位(或所住宾馆)主动申报，履行公民责任，配合落实防控措施。同时，欢迎广大群众监督举报，发现相关线索，及时反映情况。

8. 如何管控隔离人员

村(社区)要组织志愿服务者为居家隔离医学观察和居家健康监测的人员提供生活便利和心理健康服务。居家隔离医学观察和居家健康监测的人员不得外出，擅自离开者一律实施14天集中隔离医学观察，费用自理。同时，追究乡镇

(街办)、村(社区)脱管失管责任。

9. 如何管控发热人员

乡镇卫生院(村卫生室)、社区卫生服务中心(站)、各类诊所、门诊部、药店等基层医药服务机构要严格落实发热患者信息登记追踪和监测预警责任，一旦发现发热患者后要认真填写《基层医疗卫生机构发热病人信息登记追踪表》，指导患者及其陪同人员做好个人防护，协调闭环引导至发热门诊排查，落实好追踪、报告工作。

10. 如何开展卫生整治

要深入开展爱国卫生运动，全面清洁室内外环境卫生，特别是社区、农村要下大力整治周边环境，清理卫生死角，清除垃圾杂物，清洁生产生活场所。积极参与“四害”滋生地治理，清除其滋生环境。切实营造干净、整洁、舒适的环境，有效降低病媒生物引发传染病的风险。

(记者 薛琳) 来源:山西晚报

科研人员提出新模式让蔬菜生产系统更“绿色”

新华社重庆1月15日电(记者柯高阳)蔬菜是人们日常生活最基本的消费品之一，其生产过程既关系到食品安全，又与生态环境息息相关。中外科研人员长达10余年的实证研究发现，一种基于知识和产品的土壤-作物系统综合管理模式能够在提高蔬菜产量的同时大幅减少肥料用量，温室气体减排近三成，让蔬菜生产系统更“绿色”。

该研究来自西南大学、中国农业大学、美国宾夕法尼亚大学等12个科研单位的研究人员合作完成，相关研究成果已于近期由国际学术刊物《自然-食品》发表。

“随着绿色农业成为现代农业发展趋势，蔬菜生产系统亟须创新性的理论与管理策略。”论文通讯作者、西南大学资源环境学院教授陈新平说，课题组通过揭示蔬菜高资源投入、高环境代价的生物学机制和社会经济因素，建立了基于知识和产品的土壤-作物系统综合管理的理论模型与技术手段，并在各蔬菜主产区建立全国蔬菜养分管理协作网推广使用，先后开展54个全国联网田间试验，试验对象覆盖13种主要蔬菜。试验结果表明，在2007年至2018年间，该模式平均提高蔬菜产量17%，与此同时氮肥用量降低38%，温室气体排放降低了28%。

中国工程院院士、植物营养学家张福锁认为，这项研究有助于解决蔬菜资源高效、环境友好、高产优质的理论与技术问题，推动我国农业的绿色生产实践。



戴上口罩玩耍

2020年12月28日，巴勒斯坦儿童在加沙城的一个公园玩耍。

新华社发(里泽克摄)

冬季高血压患者需当心主动脉夹层

新华社南京12月15日电(记者邱冰清)冬日来临，气温降低，江苏省人民医院心脏大血管外科在一周内已连续救治7例急性A型主动脉夹层患者。专家提醒，冬季是主动脉夹层高发季，高血压患者需避免相对激烈的活动，保持规律生活作息，一旦发生剧烈胸痛，需及时就医。

江苏省人民医院心脏大血管外科主任邵永丰介绍，急性主动脉夹层极其凶险，与高血压密切相关。人体动脉血管由3层结构组成：内膜、中膜和外膜。3层结构紧密贴合，共同承载血流的通过。高速、高压的血液长年冲击主动脉壁，导致内膜、中膜局部撕裂，形成“破口”。血液经“破口”进入血管中膜层，在血流的高速、高压作用下，中膜层彻底撕裂，在中膜和外膜间形成一个可容纳血流的“新”腔隙，即为“主动脉夹层”。夹层一旦破裂，患者将因大出血而突发死亡。

“A型主动脉夹层患者在48小时内的死亡率高达50%，以往高发于患有高血压症的中老年人群，但近年来发病人群渐趋年轻化。”邵永丰提醒，受天气寒冷、情绪激动等影响，高血压患者出现突发胸背部剧烈撕裂样疼痛，一定要抓紧就医。日常生活中，高血压患者需坚持服药、控制血压、稳定情绪，避免一些相对激烈的活动，保持规律生活作息。



爽口白菜墩儿

安子

进入冬季，最应季的蔬菜莫过于大白菜了。白菜，俗称为“菜中之王”，是我们北方冬季最普遍的当季菜，既营养丰富又味美可口。今天，我们变个做法，让你家餐桌上的白菜成为更受欢迎的一种美味。

选择一颗麻叶白或者筒子白，去掉老叶与根，将整棵白菜放在水龙头下反复冲洗，之后整理成包裹严实完整的一整棵白菜，放在案板上用刀切成一寸多长的段，将切好的白菜墩儿依次码在一个较大的容器中，大肚子砂锅最好。

锅中烧好开水，浇在码好的白菜墩儿上，尽量保持白菜墩儿的完整性，不要搞散，用手按一按白菜，将水倒掉，这样反复浇上三、四次。这样烫过的白菜，不仅清洁且已断生。

这时调一个料汁，碗中放入一勺食用盐，五、六勺白糖，两勺生抽，半斤多香醋，再倒入适量凉白开，搅拌均匀后浇到容器内的白菜墩儿上，用手按压一下每一段白菜墩儿，尽可能让每个白菜墩儿都沾上料汁。

灶上放炒锅，锅热后倒入适量油，放入七、八个辣椒小火慢炸，飘出香味后，再放入一把花椒，炸香后将辣椒、花椒油浇到白菜墩儿上，端起砂锅摇一摇，让料汁与花椒油充分混匀，并让每个白菜墩儿都能浸泡到将一些料汁，然后给砂锅盖上盖子，密封保存。

存放24小时之后便可以打开享受美味了。每次吃多少取多少，一大棵白菜用不了几天就吃完了。这道菜是老北京传统美食，好吃辣的可以做成芥末味的，更是爽口无比，放在大鱼大肉吃过的春节吃，更让人赞不绝口。

□周末美食汇

周末美食汇

周末美食汇

周末美食汇

周末美食汇

房产手续挂失

徐萍香，不慎将太钢二十三宿舍10-4-65的购房发票、计算表和补足产权款收据遗失，特此声明。

赵双虎，不慎将太钢二十三宿舍12-5-83的购房集资款收据遗失，特此声明。

申忠，不慎将太钢二十三宿舍5-2-24的购房收据遗失，特此声明。

李晋春，不慎将太钢二十三宿舍6-2-24的全套房产手续遗失，特此声明。

侯金玲，不慎将太钢二十三宿舍16-3-46的补足产权款收据遗失，特此声明。

张晋花，不慎将太钢钢中宿舍H2-3-51的购房发票和太钢职工补贴购房登记表遗失，特此声明。

张星明，不慎将太钢二十六宿舍30-1-11的购房收据遗失，特此声明。

张钧章，不慎将太钢二十三宿舍4-2-23的购房计算表和收据遗失，特此声明。

物资返厂单挂失

不锈热轧厂，不慎将单据:AI0003576的物资返厂单据遗失，特此声明。

电气有限公司，不慎将单号:840046560的物资返厂单遗失，特此声明。

车辆出入证挂失

不锈冷轧厂李琛，车牌号:晋AG211C营销中心徐进生，车牌号:晋AJS009

以上单位、个人不慎将车辆厂区通行证遗失或注销，特此声明。

挂失

焦化厂李昕春，卡号:09401321

焦化厂张列萍，卡号:09401549

焦化厂韩丰，卡号:09401109

焦化厂齐东升，卡号:09400384

钢运物流张小军，卡号:30433155

百一公司李成，卡号:30432237

劳务市场白智斌，卡号:11101740

股份计财部胡晋萍，卡号:01500151

钢管公司刘俊，卡号:06400328

不锈线材厂石奇良，卡号:10900144

太钢医疗公司孙建芳，卡号:95002246

太钢医疗公司武俊香，卡号:95001779

钢企协友铝业公司王俊龙，卡号:20215519

钢企供水工业公司马昊杰，卡号:20223304

钢企不锈钢制品厂代小毛，卡号:30427653

以上职工太钢出入卡遗失或注销，特此声明。