

禽流感来了,“我”该怎么办?

禽流感来了,公众应当如何正确看待认识并做好必要的防护措施?记者就百姓关注的热点问题采访了相关专家。

会不会重演“非典”疫情?

“非典”流行10年后的春天,H7N9型禽流感来了。H7N9会不会如同当年的“非典”疫情一样疾速蔓延?

对此,广州呼吸疾病研究所所长、中国工程院院士钟南山告诉媒体记者,SARS具有传染性,会聚集性发作;而H7N9尚无证据表明其传染,且呈散发状态,没有很快就会大流行的趋势。

中国疾病预防控制中心卫生应急中心主任冯子健也认为,H7N9与SARS是完全不同的病毒,像“非典”一样传播的可能性极小。

世界卫生组织发布的信息称,H7N9病毒是否会造成大流行还是个未知数。其他源自动物的流感病毒偶尔曾感染过人类,但未造成大流行。

记者从国家卫生计生委了解到,目前,H7N9疫情尚未发现人传人。确诊病例间未发现流行病学联系,所有病例密切接触者均已采取医学观察措施,未发现异常情况。

禽、肉、蛋怎么吃才安全?

禽流感让家禽生意冷清起来,肉、蛋等食品也受到波及。禽、肉、蛋怎么吃才能保证饮食安全?

“保证饮食安全,应不食用感染病毒的动物,不食用生肉。”世界卫生组织建议,烹饪食物时做到生熟分离,确保入口的肉、蛋类得到充分加热。接触生肉后需仔细洗手,并对接触过生肉的器皿进行清洗消毒。

国家食品安全风险评估中心提示,禽流感病毒普遍对热敏感,对低温抵抗力较强,65℃加热30分钟或煮

沸(100℃)2分钟以上可灭活。病毒在较低温度粪便中可存活1周,在4℃水中可存活1个月。

为预防起见,国家食品安全风险评估中心建议,尽管H7N9禽流感病毒感染的来源及传播模式尚不能确定,但应做到不接触、不食用病(死)禽、畜肉,不购买无检疫证明的鲜、活、冻禽畜及其产品;生禽、畜肉和鸡蛋等一定要烧熟煮透;在食品加工、食用过程中,一定要做到生熟分开,避免交叉污染,处理生禽、畜肉的案板、刀具和容器等不能用于熟食;要保持良好的个人卫生习惯,不喝生水;保持手部卫生,常洗手。在做食品之前、制作之中以及制作之后,餐前便后,处理生禽畜肉和生鸡蛋后均要洗手。

有感冒症状怎么办?

“人感染H7N9禽流感潜伏期一般为7天以内。患者一般表现为流感样症状,如发热,咳嗽,少痰,可伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适。”卫生计生委日前印发的人感染H7N9禽流感诊疗方案(2013年第1版)指出,人感染H7N9禽流感重症患者病情发展迅速,表现为重症肺炎,体温大多持续在39℃以上,出现呼吸困难,可伴有咯血痰;可快速进展出现急性呼吸窘迫综合征、纵隔气肿、脓毒症、休克、意识障碍及急性肾损伤等。

“如果出现感冒类症状,尤其是接触过禽鸟类的病人,要及时就医,争取做到早发现、早诊断、早治疗,以免错过最佳治疗时机。”北京大学人民医院呼吸科主任医师高占成同时提醒,医院院内交叉感染防控非常重要。小病应尽量去当地医疗机构就诊,不要集中到大医院;医疗机构要做到病人分流,发热门诊收治病人后要及时排查;医生要加强自身防护,尤其呼吸科、传染科和其他接触发热病人的医生要佩戴口罩,做好防护。

国家中医药管理局为H7N9禽流感“开药方”

4月7日
国家中医药管理局对H7N9禽流感进行了又一次会商

H7N9

在会商中
中医药局的有关领导和专家将根据H7N9禽流感的发展情况,对“人感染H7N9禽流感诊疗方案中医药防治方案”进行微调

专家提醒
针对目前社会上对于板蓝根可以防治H7N9禽流感说法

板蓝根
对风热类感冒合适
对脾胃虚寒患者不合适

针对人感染H7N9禽流感除了要用防止外感的中药外,还要用补气的中药

禽流感

2013年上海市社会保险费缴费标准公布

上海市人保局网站日前公布2013年上海市社会保险费缴费标准。今年单位职工个人缴费基数上限为14076元,下限为2815元。新标准执行期从2013年4月1日至2014年3月31日。

非城镇户籍的外来从业人员缴费基数根据规定在本标准执行期内按上年度全市职工月平均工资的50%,经用人单位及其从业人员协商一致也可按本市城镇职工社会保险的规定参保缴费。原参加小城镇社会保险的用人单位及其具有本市

户籍的从业人员缴纳城镇职工社会保险的基数和缴纳养老保险费、医疗保险费的比例根据规定在2011年7月至2014年3月期间逐步过渡,经用人单位及其从业人员协商一致也可按本市城镇职工社会保险的规定参保缴费。失业人员在领取失业保险金期间,缴纳基本医疗保险费所需费用由失业保险基金支付,个人不缴纳。

参加新农保的农村居民,应当按照规定缴纳养老保险费。个人缴费标准设为每年500元、700元、900元、

1100元、1300元5个档次,参保人自主选择档次缴费。区县府(含乡镇)对参保人缴费给予补贴,对应上述缴费档次,补贴标准为每年200元、250元、300元、350元、400元;城镇居民养老保险的个人缴费标准设为每年500元、700元、900元、1100元、1300元、1500元、1700元、1900元、2100元、2300元10个档次,参保人自主选择档次缴费。区县府对参保人缴费给予补贴,对应上述缴费档次,补贴标准为每年200元、250元、300元、350元、400元、425元、450元、

475元、500元、525元。

而城镇居民医保的筹资标准和个人缴费标准按照参保人员的不同年龄分段确定,具体为:70周岁以上人员,筹资标准为每人每年3300元,其中个人缴费340元;60周岁以上、未满70周岁人员,筹资标准为每人每年3300元,其中个人缴费500元;超过18周岁、未满60周岁人员,筹资标准为每人每年1700元,其中个人缴费680元;中小学生和婴幼儿,筹资标准为每人每年750元,其中个人缴费90元。

信息快报

沪新增三个非沪籍者办理入境证件业务受理点

为了方便符合条件的非本市户籍人员就近办证,本市出入境管理部门在浦东分局张江、浦东分局外高桥保税区、嘉定分局3个出入境接待大厅增设非本市户籍人员办理出入境证件的业务。

持有人才引进类《上海市居住证》的非本市户籍人员、在沪就业且在沪连续正常缴纳社会保险满一年以上的非本市户籍人员、本市全日制高等院校在读的非本市户籍大学生可在上述出入境接待大厅申请护照、往来港澳通行证及签注(仅限个人旅游和团队旅游)、大陆居民往来台湾通行证及签注(仅限个人旅游和团队旅游)。不过,如需办理赴港澳台商务、探亲等其他类型签注,仍须前往民生路1500号受理点。

上海植物园牡丹进入盛花期

2013上海花展正在上海植物园举办。记者从园方获悉,到了四月中旬,牡丹将成本届花展的花事“明星”,而同时晚樱、紫藤、丁香、杜鹃、紫藤等也竞相争艳。

上海植物园科研人员叶康告诉记者,本周末,牡丹将整体进入盛花期,一些中晚花的中原牡丹以及花期略迟的江南牡丹、日本牡丹将在4月中旬逐渐开放,西北紫斑牡丹和伊藤杂种牡丹会在4月下旬进入盛花期。

据悉,由于上海植物园牡丹园的牡丹品种十分丰富,因此整体花期可持续近一个月,当然四月中旬开放将最为集中,是整个牡丹园的盛花期。

长期过度精神紧张可致高血压

据国家卫生和计划生育委员会统计,我国现约有2亿高血压病人。高血压是心脏病、脑卒中、肾脏病和糖尿病发病和死亡的最大的危险因素,心脑血管病死亡已占我国总死亡构成的41%,每年200万人死亡与高血压有关。高血压的发病除受饮食及生活习惯影响外,遗传因素占很大比重。专家建议市民在饮食上应注意清淡、均衡;生活上注重健康、规律。此外,有睡觉打呼噜的民众应特别注意,睡眠时身体缺氧将可能导致血压升高。

遗失声明

■上海市杨浦区杨庆珍百货商行遗失上海市国税通用机打发票(三联)存根联壹本(发票代码131001223363,50份,号码07641551—07641600),特声明作废。

千方百计 送您礼

拟定活动日期: 4/16(二) ▶ 5/2(四)
具体活动日期请参照商场公告

办理地点: 2座1F商场总服务台

会员独享

- 每周三10:00-20:00任意消费额外送30积分
- 会员生日当天消费享双倍积分
- 百万现金兑换券千方百计送会员

入会 双重礼

消费满68元
成为中原城市广场会员即可
送10元商场代金券1张
每人每卡限领一张,限量30000份,送完即止

重1礼

入会同时
享受双倍积分

重2礼

积分兑换必须会员本人持会员卡进行兑换

更多精彩活动期待您的参与

“爱家爱生活-幸福晒出来”

- 4月20日-4月21日: 中原城市广场携手“孩子王”举办盛大的亲子嘉年华
- 5月11日-5月12日: 感恩母亲节大型公益活动

扫一扫 电子会员卡

交通: 公交: 55、966、90、大桥三线等多条线路; 轨道交通: 8号线嫩江路站; 350个地下停车位(10:00-22:00免费停车)

中原城市广场
ZHONGYUAN CITY PLAZA

地理位置示意图