

中共中央、国务院在南京举行2022年南京大屠杀死难者国家公祭仪式

# 历史的苦难不能忘记 前进的脚步永不停息

中共中央、国务院13日上午在南京隆重举行2022年南京大屠杀死难者国家公祭仪式。中共中央政治局常委、中央书记处书记蔡奇出席并讲话。公祭仪式在侵华日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆集会广场举行。现场庄严肃穆,国旗下半旗。约3000名各界代表胸前佩戴白花,默然肃立。10时整,公祭仪式开始,奏唱《中华人民共和国国歌》。国歌唱毕,全场向南京大屠杀死难者默哀。同一时间,南京

市拉响防空警报,汽车停驶鸣笛,行人就地默哀。默哀毕,在《国家公祭献曲》的旋律中,解放军仪仗大队16名礼兵将8个花圈敬献于公祭台上。之后,蔡奇发表讲话。他表示,今天,我们在这里隆重举行南京大屠杀死难者国家公祭仪式,深切缅怀南京大屠杀的无辜死难者,缅怀惨遭日本侵略者杀戮的死难同胞,缅怀为中国人民抗日战争胜利献出生命的革命先烈和民族英雄,缅怀同中国人民携手抗击日本侵略者而

献出生命的国际战士和国际友人,表达中国人民坚定不移走和平发展道路的崇高愿望,宣示中国人民牢记历史、不忘过去,珍爱和平、开创未来的坚定立场。蔡奇指出,可以告慰遇难同胞和先烈的是,经过一代又一代人奋斗拼搏,我们的国家发生了翻天覆地的变化,迈上了全面建设社会主义现代化国家新征程,人民过上了全面小康生活,中华民族屹立于世界民族之林。蔡奇强调,历史的苦难不能忘记,前

进的脚步永不停息。前进道路上,我们要坚定不移坚持中国共产党的领导,坚定不移推进中国式现代化,坚定不移发扬斗争精神,坚定不移推动构建人类命运共同体。蔡奇讲话后,85名南京市青少年代表宣读《和平宣言》,6名社会各界代表撞响“和平大钟”。伴随着3声深沉的钟声,3000只和平鸽展翅高飞,寄托着对死难者的无尽哀思和对世界和平的无限期许。据新华社

## 国殇勿忘 吾辈自强 “国家公祭日”青岛举行纪念活动

昨天,由青岛市委宣传部、青岛警备区政治工作处主办,崂山区委宣传部、崂山区人民武装部、崂山区退役军人事务局承办的“国殇勿忘、吾辈自强”第九个“国家公祭日”青岛市纪念活动在崂山区烈士陵园举行,各界代表50余人参加。

近年来,青岛市坚持在“抗战胜利

纪念日”“全民国防教育日”“烈士纪念日”“国家公祭日”等重大纪念日,组织开展群众性主题宣传教育活动,进一步引导广大干部群众弘扬爱国之情、砥砺强国之志、实践报国之行,在全市形成了爱党爱国爱社会主义的浓厚氛围。

观海新闻/青岛早报记者 刘文超  
通讯员 王光凤 摄影报道

►第九个“国家公祭日”青岛市纪念活动在崂山区烈士陵园举行。



## 老年人感染如何居家治疗？ 孕产妇、儿童如何做好防护？

国务院联防联控机制新闻发布会回应热点问题

疫情之下,重点人群的健康牵动着每个家庭的心。老年人感染后居家治疗该注意什么?孕产妇如何做好防护避免感染?儿童发热后什么情况下需要就医?心血管疾病患者如何平安度过冬天?国务院联防联控机制13日举行新闻发布会,就相关热点问题作出回应。

### 老年人如何应对新冠肺炎疫情? 预防第一

“老年人一旦患病,较年轻人来说,重症发生率相对较高,是特别需要保护的人群,预防是第一位的。”北京医院呼吸与危重症医学科主任李燕明建议,老年人还是要接种全程疫苗和加强疫苗,可明显降低重症感染发生率。

“从目前监测情况看,60岁及以上老年人接种疫苗后,不良反应总体报告发生率略低于60岁以下人群,严重的不良反应发生率和其他人群基本类似,在百万分之一以下。”中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆说。

李燕明呼吁,老年人近期减少外出,特别是避免去人群比较聚集的密闭场所,尽可能减少接触外界环境。同时规律生活,不要太过紧张,保证营养,但也不要暴饮暴食,尽可能减少烟酒的接触。

老年人一旦感染,李燕明建议,少食多餐,避免出现呕吐,少量多次补充适量水分,保证睡眠。老年人要更加慎重使用退热药物,烧得越高用药越慎重,以防一次大量出汗造成虚脱甚至低血压,还要避免多种药物共同使用。

此外,对于合并基础疾病的老年人,要加强基础疾病的管理。李燕明提示,不能因为害怕去医院取药而停药。一些基础疾病本身不太稳定的,比如有严重

呼吸系统疾病的,或有严重心脏基础疾病的,或80岁以上高龄老人没有接种过新冠疫苗的,这些人群是高危人群中的高危,需格外重视观察监测。

### 孕产妇感染新冠病毒会否传染给胎儿? 几乎不会

“对于孕产妇来说,预防最重要。有可能的话,还是尽可能少到公共场所去,不聚会、不聚餐。”北京大学第三医院院长、中国工程院院士乔杰说,与此同时,还要确保均衡的营养、充足的睡眠、积极乐观的心态。

孕产妇万一感染新冠病毒会出现怎样的症状?如何居家治疗?

乔杰说,从全国产科质控专家组汇总的国内情况和国际报道看,孕产妇感染新冠病毒之后,发病率、症状、病程都和普通人群接近,症状主要还是上呼吸道感染,病程也基本是5至7天。

当孕产妇出现发热、干咳等呼吸道症状时,可以多喝水,采用物理降温或者选择孕产妇可以用的中药。超过38.5摄氏度,可以选用对乙酰氨基酚治疗,这是对孕产妇相对安全的。要特别注意,退烧药要选用单一的,不要进行叠加,这样可以减少可能的肝肾损害。

“孕产妇要注意三个监测:体温、心率、血压,孕晚期的孕产妇还要做好胎动

的监测。如果持续发热3天以上,用了退烧药没有好转,或者出现了胎动消失、胸痛、胸闷、腹痛等,要及时和助产机构联系,及时就诊。”乔杰说。

“因为母体有胎盘这个非常好的保护屏障,孕产妇感染新冠病毒之后,几乎是不传染给胎儿的。”乔杰说,但如果是产后,妈妈、宝宝在一起的话,还是要注意隔离,宝妈在空间上最好和新生儿有一定的隔离或者戴N95口罩,可以母乳喂养。

### 儿童发烧需要立马去医院吗? 视情况而定

“冬季是儿童呼吸道感染病高发季节。引起儿童呼吸道感染的病原体很多,以病毒为主,比如鼻病毒、副流感病毒、流感病毒等,新冠病毒也是引起发热、咳嗽等症状的病毒之一。”北京儿童医院主任医师钱素云说。

孩子发烧,是否应立马去医院?钱素云说,一定要看孩子的精神状态,如果孩子虽有发烧等症状,但精神挺好,特别是退烧以后能吃能喝能玩,这时候就没必要特别紧张,也不需要马上去医院就诊,可以在家继续观察、对症处理。

钱素云表示,但如果发烧持续3天以上没有好转迹象,孩子精神不好,咳嗽进行性加重、影响到日常生活和睡眠,出

现喘息、呼吸增快、甚至呼吸困难等情况时,要去医院就诊。另外,3个月以下的小孩一旦出现发热,还是建议及时就诊。

钱素云说,有孩子的家庭应该适当储备一些儿童常用的应急药物,但不推荐储备很多药物,如果储备很多保管不当的话,可能导致孩子误服。

“孩子发烧是经常会遇到的,对于6个月以上的小孩,可以选择布洛芬、对乙酰氨基酚,其中有一种就可以了;2至6个月的小孩,不适合用布洛芬,可选用对乙酰氨基酚;2个月以内的小孩,不推荐常规使用退烧药物,可采用物理降温等措施并及时就诊。另外,也可以储备一些清热祛痰的药物。”钱素云说,不主张两种退烧药同时服用,也没必要交替服用。

### 心血管疾病患者感染会否导致原有病情加重? 克服恐惧心理

“原有心血管基础疾病的患者感染了新冠病毒也不必太担心。”北京安贞医院常务副院长周玉杰说,在家里一定要坚持治疗原有的疾病,一般都是冠心病、高血压或者心衰这样的疾病。

周玉杰介绍,除了高烧以后多喝水可能对心衰症状产生影响,治疗新冠肺炎的药物,比如缓解肌肉酸痛的用药等,目前尚未发现和心血管治疗药物之间的不良作用。

“很多心脏病患者都是由于恐惧导致疾病加重,要克服这种心理。”周玉杰说,心血管疾病患者要合理膳食、戒烟限酒、适量运动,并保持心态平衡。

“长期服用心血管疾病防控药物的不要停药,停药可能诱发或者加重疾病。如果有持续性胸痛,还是到医院进一步诊断和治疗。”周玉杰说。据新华社