

普通感冒与流感如何区分？ 一感冒就吃消炎药科学吗？

近日,国家卫健委举行新闻发布会,介绍时令节气与健康有关情况。近期呼吸道疾病高发,如何区分普通感冒和流感?居家护理应注意哪些方面?感染流感后还可以接种疫苗吗?一起来看。

如何区分普通感冒和流感?

普通感冒是一种常见的急性上呼吸道病毒性感染性疾病,主要是由鼻病毒、呼吸道合胞病毒等引起,以打喷嚏、鼻塞、咳嗽、咽喉痛痒等上呼吸道症状为主,病程相对较短。

流感特指由流感病毒感染引起,往往来势较急,常伴有发热、肌肉酸痛、乏力等较重全身症状。

流感发病早期使用抗病毒药物效果较好。成人和较大儿童患普通感冒,如果症状轻微,可以在家休息,如诊断为流感,应尽早应用抗流感药物治疗。

婴幼儿、老年人、孕产妇以及免疫功能低下、患有慢性基础性疾病的患者感染流感后更容易发展为重症,应尽早到医疗机构治疗。

专家提示,如果是由病毒引起的感冒,抗生素类消炎药是无效的,要在医生指导下对症用药。一感冒就自己吃消炎药的做法是不科学的。

北京地坛医院主任医师宋蕊表示,日常生活中人们常说的“消炎药”如阿莫西林、头孢等都是抗菌药物。这类药物对细菌感染是有效的,但是对病毒感染引起的感冒是无效的。

流感病毒感染急性发病期 不建议接种疫苗

接种流感疫苗能够有效降低感染流感病毒的风险,但如果已经出现流感样症状,或未接种疫苗被感染后痊愈,是否还应该接种流感疫苗?

专家介绍,当前甲型H3N2亚型流感病毒为主要流行株,甲型H1N1亚型和乙型流感病毒共同流行,预计近期流感活动强度将进一步上升。接种疫苗可有效降低感染风险,如果已出现流感样症状或正在流感病毒感染急性发病期的患者,需痊愈后再接种。未接种疫苗被感染后痊愈,仍可以接种。

数据显示,目前,全国报告的托幼机构、学校流感聚集性疫情显著增多,5到14岁病例组的流感检测阳性率明显高于其他年龄组。对此,专家建议采取“疫苗+卫生习惯”的双防线策略。

中国疾病预防控制中心研究员彭质斌表示:学校、托幼机构、养老机构等重点场所需加强健康监测与环境清洁通风,尤其是学校要做好学生因病缺课监测和登记,不提倡师生带病上岗上课,避免疾病传播。

据 朝闻天下

太阳“人造”? 我国启动一项“聚变”计划

开展燃烧等离子体物理研究、实现产出能量大于消耗能量、演示聚变能发电……11月24日上午,在位于安徽合肥未来大科学城的紧凑型聚变能实验装置(BEST)主机大厅,中国科学院“燃烧等离子体”国际科学计划正式启动并面向国际聚变界首次发布BEST研究计划,聚力点燃“人造太阳”。

核聚变能,模拟太阳的聚变反应释放能量,被誉为人类的“终极能源”。数十年来,科学家们通过磁约束等技术路线,在实验装置上探索聚变反应所需的高参数、长脉冲等严苛条件。“我们将要进入燃烧等离子体的新阶段。”中国科学院合肥物质科学研究院副院长、等离子体物理研究所所长宋云涛介绍,这是聚变工程研究的关键,这意味着核聚变像“火焰”一样,由反应本身产生的热量来维持,是未来持续发电的基础。

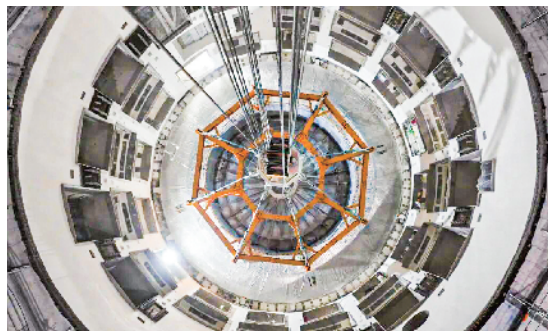
近年来,我国核聚变研究加速,多次打破世界纪录。BEST装置作为我国下一代“人造太阳”,承担“燃烧”使命。根据研究计划,2027年底该装置建成后,将进行氦氖燃烧等离子体实验研究,验证其长脉冲稳态运行能力,力求聚变功率达到20兆瓦至200兆瓦,实现产出能量大于消耗能量,演示聚变能发电。

“这是‘无人区’的探索,将面临许多工程与物理挑战。”宋云涛说,如阿尔法粒子对维持聚变反应所需的超高温条件至关重要,但对其运输规律等研究有待深入。“牵头启动国际科学计划,既能依托我国超导托卡马克大科学团队的建制化优势,也有助于凝聚全球科学家的智慧与力量,协同突破聚变燃烧前沿物理难题。”

根据国际科学计划,等离子体物理研究所将面



紧凑型聚变能实验装置(BEST)建设现场。



在紧凑型聚变能实验装置(BEST)建设现场拍摄的成功落位安装的杜瓦底座。

向全球开放包括BEST在内的多个核聚变大科学装置平台,设立开放科研基金、资助高频次专家互访交流。来自法国、英国、德国等十余个国家的聚变科学家共同签署《合肥聚变宣言》,该宣言倡导开放共享与合作共赢精神,鼓励各国的科研人员到中国开展聚变合作研究。

据 新华社

事关网民个人信息保护 两部门公开征求意见

日前,国家网信办、公安部起草《大型网络平台个人信息保护规定(征求意见稿)》,向社会公开征求意见。根据征求意见稿,大型网络平台服务提供者应按照国家法律法规有关规定指定个人信息保护负责人,并公开个人信息保护负责人的联系方式。

对大型网络平台的认定,征求意见稿提出,主要考虑的因素包括:

注册用户5000万以上或者月活跃用户1000万以上;
提供重要网络服务或者经营范围涵盖多个类型业务;
掌握处理的数据一旦被泄露、篡改、损毁,对国家安全、经济运行、国计民生等具有重要影响;
国家网信部门、国务院公安部门规定的其他情形。

征求意见稿拟规定

●严格保护未成年人个人信息

提供大型网络平台服务的网络数据处理者(以下简称大型网络平台服务提供者)开展个人信息处理活动,对所处理的个人信息安全承担主体责任,严格保护敏感个人信息和未成年人个人信息,承担社会责任,不得危害国家安全、公共利益,不得损害个人、组织的合法权益。

个人信息保护负责人应当由大型网络平台服务提供者管理层成员担任,具有中华人民共和国国籍,无境外永久居留权或者长期居留许可,具备个人信息保护专业知识且从事相关工作5年以上。个人信息保护负责人可以由网络数据安全负责人兼任。

大型网络平台服务提供者应当将在中华人民共和国境内运营中收集和产生的个人信息存储在境内。确需向境外提供的,应当符合国家数据出境安全管理有关规定。

网信部门、公安机关和有关主管部门发现大型网络平台服务提供者、第三方专业机构或者数据中心未履行个人信息保护责任的,依法追究责任;构成犯罪的,依法追究刑事责任。

●鼓励设立专门的个人信息保护工作机构

大型网络平台服务提供者应当明确个人信息保护工作机构,在个人信息保护负责人领导下开展个人信息保护相关工作,包括但不限于:

制定实施内部个人信息保护管理制度、操作规程以及个人信息安全事件应急预案;

组织开展个人信息安全风险监测、风险评估、合规审计、影响评估、应急演练、宣传教育培训等活动,及时处置个人信息安全风险和事件;

明确平台内产品或者服务提供者处理个人信息的规范和保护个人信息的义务,并对其个人信息处理活动和履行个人信息保护义务情况进行监督;

明确专人负责未成年人个人信息保护工作;
受理并处理个人信息保护投诉、举报;

每年编制发布大型网络平台服务提供者个人信息保护社会责任报告。

●应当为个人注销账号等权利提供方法和途径

大型网络平台服务提供者应当为个人行使查阅、复制、更正、补充、删除、限制处理其个人信息,或者注销账号、撤回同意等权利提供便捷的方法和途径。

个人请求将其个人信息转移至其指定的个人信息处理者的,大型网络平台服务提供者应当在接到个人请求后30个工作日内将个人信息通过通用、机器可读的格式进行转移,并以邮件、电话、短信等方式告知个人处理结果,不符合法律、行政法规规定条件的,应当向个人说明原因。

因请求数量、操作复杂等原因需要延长处理期限的,应当向个人说明延期原因,可以在合理、必要的情况下再延长30个工作日。

支持大型网络平台服务提供者通过应用程序接口或者其他标准化技术方式提供转移途径,采取身份验证、加密传输等安全措施保障个人信息转移安全。

个人重复转移个人信息的,大型网络平台服务提供者可以根据转移个人信息的成本收取必要费用。

据 网信中国