



疫情期间关注出行要求的朋友特别多,其中很多读者对于“居家隔离”“居家健康监测”“自我健康监测”分不太清楚。“居家健康监测”就是隔离吗?“自我健康监测”可以出门吗?本期《求是》邀请专家为大家详细讲解一下这三者的区别以及相应的要求。

居家隔离、居家健康监测、自我健康监测到底啥区别

本报记者 张添怡

本期专家

赵庆龙:流行病与卫生统计学博士,现任吉林省疾病预防控制中心应急办公室主任,主任医师,中国医学救援协会卫生应急管理专业委员会委员,中国现场流行病学培训项目现场导师,吉林省预防医学会第七届理事委员,吉林省预防医学会流行病学分会副主任委员,吉林省卫生应急专家。

什么是居家隔离

赵庆龙:居家隔离医学观察者要求单独居住,不准外出,集体宿舍不得设立为居家隔离场所。有基础疾病的人员和老年人不能作为儿童、孕产妇、半自理及无自理能力等人员的陪护人员。社区(村)医学观察管理人员应当向居家隔离医学观察者进行日常卫生与防护知识及隔离期间相关要求告知。不符合条件的,一律实施集中隔离措施。

什么是居家健康监测

赵庆龙:原则上在家办公、学习等,做到“两做好四不得一及时”。两做好:做好健康监测,每天测量体温,按要求进行核酸检测;外出时做好个人防护,佩戴口罩。四不得:不得参加聚集性活动;不得前往人群聚集场所;不得乘坐公共交通工具;不得前往网吧、电影院、健身房、麻将馆、棋牌室、KTV等密闭、半密闭场所。一及时:出现发热、干咳、乏力、咽痛、嗅(味)觉减退、腹泻等身体不适症状时,应立即向社区(村)报告,及时到定点医疗机构排查。同住人员在无任何健康不适情况下可外出。

什么是自我健康监测

赵庆龙:在做好个人防护的情况下,可正常上班、上学、就诊、考试等。出现发热、咳嗽、嗅觉味觉减弱等异常情况,及时到定点医院排查。

此外,再次提醒大家,疫情反复,切勿放松,自觉遵守防疫政策,做好个人防护,出现问题及时上报。筑牢疫情防线,我们一起加油。



持续关注栏目,请扫描二维码,可获取更多内容。

两项科技创新重大专项取得阶段性成果

本报讯(记者景洋)日前,记者在省科技厅了解到,由长春中医药大学承担的“中医药健康服务业关键技术与推广模式示范研究”项目和“基于中医循证医学证据的健康产品开发”项目取得阶段性成果。2个项目均属于“吉林省中医药健康产业科技创新重大专项”之列。

“中医药健康服务业关键技术与推广模式示范研究”项目以慢病疲劳、糖脂代谢紊乱为示范,启动了2项临床评价研究。针对常见的健康状态及慢病风险人群,依据

干预方法和技术证据分级形成了8个系列覆盖21个健康状态/病种,包含75种干预产品及技术的治未病养生保健服务包,并与广东现代汉方科技有限公司(全民健康生活科普馆)等合作,构建了“医院—社区—家庭”三级联动的中医“治未病”服务模式。

“基于中医循证医学证据的健康产品开发”项目,围绕应对重大公共卫生事件院内制剂、基于循证医学证据的中药健康食品、化妆品活性组分及产品、外用制剂4个

方面开展健康产品开发研究,目前已取得“武汉抗疫方(1号方)”和“除湿防疫散”2个防治新冠肺炎的医疗机构制剂批件。开发了骨质增生止痛贴等2个外用制剂,参苓益元散、参苓资生散、七花参膏、糖苈苕饮、强仁饮5个中药健康食品。

今年,该专项将继续围绕破解我省药用资源以提供原材料为主发展格局的主要目标,从“资源、产品、健康服务”关键环节着手,致力于解决中医药健康产业标志性产品少、应对重大公共突发卫生事件的中医药防治产品储备不足、中医药未病干预和病后康复技术体系和推广模式不成熟等问题,对中药健康产品进行多环节、全链条一体化设计,为我省医药强省建设和中药产业现代化发展作出贡献。

3所高校获批5个国家级虚拟教研室建设试点项目

本报讯(记者张鹤)日前,439个全国首批虚拟教研室建设试点名单公布。其中,来自我省的吉林大学、吉林农业大学、东北师范大学3所院校的5个虚拟教研室入选首批国家级虚拟教研室建设试点项目。

据悉,虚拟教研室建设试点项目是以立德树人为根本任务,以提高人才培养能力为核心,以现代信息技术为依托,

探索建设新型基层教学组织,打造教师教学发展共同体和教学质量,引导教师回归教学、热爱教学、研究教学,提升教育教学能力,为高等教育高质量发展提供有利支撑。

在公布的首批虚拟教研室建设试点名单中,吉林大学的生物基础实验课程虚拟教研室、东北区域汉语言文学专业虚拟教研室,吉林农业大学的新农科人才培养改

革研究虚拟教研室,东北师范大学的物理学实验课程虚拟教研室、教育学原理课程群虚拟教研室5个虚拟教研室入选。

吉林农业大学方面相关负责人表示,接下来,学校也将以虚拟教研室建设试点项目建设为契机,围绕课程(群)教学、专业建设、教学研究改革等内容,注重将现代信息技术与教育教学深度融合,全面加强新型基层教学组织建设,广泛开展教育教学研究交流活动,探索打造教师教学发展共同体,积极引导广大教师回归教学、热爱教学、研究教学,为提高人才培养质量筑牢基础,为教育教学高质量发展提供有力支撑。

着力提升办学综合实力

本报讯(陈宝林 记者李开宇)日前,全国第三方大学评价机构艾瑞深校友会网(Cuaa.Net)正式发布,在2022校友会中国高职院校排名中,白城医学高等专科学校在全国2000多所各类院校排名中位列第131位,位居我省第4位。

近年来,白城医学高等专科学校不断强化内涵,创新发展,教学科研改革全面深化;以生为本,就业为先,人才培养质量全面提高;内培外引,合作共建,师资队伍结构全面优化;“五育”并举,试点先行,“三全”育人改革全面实施;校企

合作,产教融合,医教协同育人模式全面形成;深化改革,创新发展,现代大学治理能力全面加强;科学谋划,克难攻坚,办学条件得到进一步改善;健全体系,打造品牌,文化育人功能全面彰显;信息驱动,精细管理,服务保障能力全面跃升;医教融合,特色发展,附属医院综合实力全面提升,学校全面实施了“七个三年提升计划”“三改两创”和“310”工程,成功晋升省级示范校和省“双高”校建设单位,获评“全国文明校园创建先进校”,创建医学本科专业列入吉林省高等学校设置“十四五”规划,“双创”目标实现新突破。

“汉语桥”线上冬令营开营

本报讯(记者张鹤)近日,由教育部中外语言交流合作中心主办、吉林省教育国际交流服务中心承办、长春市教育局国际合作与交流处协办的“汉语桥”线上吉林文化特色交流项目冬令营在长春启动。来自西班牙、俄罗斯、

巴基斯坦、尼日利亚、赞比亚、塔吉克斯坦、韩国等20多个国家的100余名学生齐聚云端,同步参加了开营仪式。

“汉语桥”项目旨在促进各国学生对中国语言文化的了解和体验,是增进中外学生间友好交流的重要渠道之

一。据悉,本次“汉语桥”线上吉林文化特色交流项目冬令营为期7天,以“云游大美吉林 感受精彩世界”为主题,安排了直播课程29课时、录播课程24课时。课程采取“语言+文化+互动”有机结合的方式进行,实行直播、录播、实景课程灵活运用模式,特别是设计和录制了多节展示具有吉林文化特色的冰雪之美、交通之美、民乐之美、书法之美、功夫之美等主题内容的专题课程,全方位展示中华传统文化精髓以及吉林快速发展的面貌,加深外国学生们对中国的兴趣与理解,推动中外文化交流互鉴。

鸿雁传书筒 情暖患者心

本报讯(记者张添怡)“尊敬的XX先生、女士您好,今天是您的生日,我谨代表长春中医药大学附属医院肾内科腹膜透析团队的全体成员,祝您生日快乐,感谢您生活和工作中乐观,积极向上,您一直是肾友们的榜样……”从今年年初开始,一封封特殊的书信,一张张订制的贺卡,不断从长春中医药大学附属医院肾内科发出,送到每一位特殊的腹膜透析肾友手中。

邹先生是一位坚强乐观的肾友,已经腹膜透析2年有余,工作与治疗均正常进行,抽空进行腹膜透析治疗,在2年的腹膜透析治疗中,透析时的顾虑和担忧,早已经不再是阻碍他正常生活的困扰,在接到这封特殊的信件时惊

喜万分,感动之情溢于言表。

70多岁的姜叔叔,使用微信并不熟练,但在接到寄出的信件时,发了好长一段文字:“中医院的医生和护士的礼品太让我感动了,腹膜透析3年来,我是亲身体验者,谢谢你们关怀,我一定积极治疗,再次感谢!”质朴的语言,传递着满满的医惠情。

“秋凉更喜五谷丰,山河大地红愈浓,初心未改真情在”“多雨之秋香满味,谢花成果满眼丰,张灯结彩丰收舞,换得人间一片情”……腹透2年多的王叔叔才华横溢,在精神状态越来越好,经常作诗来表达对医护人员的感激之情。

长春中医药大学附属医院肾内科主任张守琳说,希望

通过开展送生日贺卡活动,搭建温暖的腹透之家,增进医护与肾友之间的联系,让更多的肾友感受到人间真情与友爱,帮助肾友走出疾病的阴霾,更好回归社会、回报社会。

据了解,该院肾内科腹膜透析中心腹透肾友之家2018年开始运行,现有维持腹膜透析患者230人,最长腹透龄已达4年。科室充分发挥中医药优势,针对腹膜透析患者的水肿、腹胀、失眠、营养不良等问题,开展中医药特色治疗,显著提高临床疗效;针对腹透导管移位问题,开展腹透导管复位法、腹透管手工复位法、腹透管人工法复位术等方法治疗,通过中医药辨证治疗腹膜透析营养不良,降低腹膜炎发生率,减少腹透中心患者的退费率。为了更好地管理及督促肾友,肾内科腹膜透析团队采用群管理制度,通过定期举办线上线下的肾友交流会及每月为腹透肾友送祝福活动,为更多肾友传递温暖正能量,鼓励肾友参与家庭生活,享受生活,承担社会责任,实现自我理想和人生价值。

本报讯(记者李开宇)2月23日上午,2022年全省教育工作视频会议在长春召开。

会议总结了2021年全省教育工作,肯定了过去一年全省教育系统在各项工作中取得的良好成绩。同时,对2022年全省教育工作进行了安排部署。

会议指出,今年全省教育工作的总体要求是以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入学习贯彻党的十九大和十九届历次全会精神,认真落实习近平总书记关于教育的重要论述和视察吉林重要讲话重要指示精神,增强“四个意识”、坚定“四个自信”,坚决拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”,弘扬伟大建党精神,坚持稳中求进工作总基调,从政治上抓教育、从民生上抓教育、从规律上抓教育,围绕我省全面实施“一主六双”高质量发展战略,紧扣“两确保一率先”目标,强化理念引领、政策驱动、项目推进、制度规范、服务提升,在巩固中创新、在创新中突破,加快建设高质量教育体系,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人,更好服务新时代吉林全面振兴全方位振兴,以实际行动和优异成绩迎接党的二十大胜利召开。

会议要求,要坚持和加强党对教育工作的全面领导,从坚守正确的政治方向、加大基层党建工力度、落细落实意识形态工作、坚定不移推动全面从严治党等多方面着手,使教育领域成为坚持党的领导的坚强阵地;要加快完善德智体美劳全面培养的育人体系,提升学校思想政治工作、体育工作、美育工作、劳动教育工作;要着力推动学前教育“双增”、义务教育“双减”、高中教育“双新”、职业教育“双优”“双高”建设、高等教育“双一流”“双特色”建设等各级各类教育发展;要适应振兴发展需要,持续提升教育服务振兴发展能力;要积极推动教育改革创新,着力破解制约我省教育高质量发展的体制机制障碍;要建设高素质专业化创新型教师队伍,注重教材建设工作,不断夯实教育发展基础,加强保障,全力办好党的教育事业。

全力办好党的教育事业

报效国家的新表达——

“我和我的冬奥运动员舅舅”

本报讯(记者李文瑶)在刚刚结束的北京冬奥会上,中国雪车队创造了参赛以来的最好成绩。在参赛队员中,有一位是东师惠仁实验学校学生白翰霖的舅舅,他叫吴青泽。这个假期,东师惠仁实验学校给学生布置特色寒假作业:每名学生写一封给冬奥组委会的信,表达对北京冬奥会成功举办的喜悦心情。

在众多信件中,《我和我的奥运舅舅》写得别具一格。白翰霖同学在信中写道:“舅舅通过微信发回照片,他参加了奥运会雪车比赛,虽然没有获得奖牌,但他和队友密切配合,奋勇拼搏闯进决赛轮,创造了中国队历史最好成绩。我和爸爸妈妈在电视机前激动万分,欢呼着拥抱在一起,圆梦赛场,舅舅做到了!看着他手举国旗,红色的围巾上印有醒目的两个大字:中国,精神抖擞地站在比赛场馆外,简直太酷啦!我把舅舅的照片和我身穿中国红卫衣的照片拼在一起,今天是舅舅参加奥运会比赛,等我长大了,也要向舅舅一样,报效国家!”

白翰霖说:“为了备战奥运会,舅舅放假没回家。我想舅舅的时候,只能给他打电话,舅舅说:‘只要在赛场上为国争光,圆梦赛场,付出再多的汗水都是值得的!’电话那边的舅舅总是鼓励我要努力学习,热爱运动,传承奥林匹克精神,争取长大后也成为一名运动健将,为国出征。他说得对,我要好好学习,练就一身本领,做国家未来的接班人。”

开展思政课教师社会实践研修活动

本报讯(记者张鹤)日前,吉林外国语大学马克思主义学院教师来到吉林省天定山党史教育基地进行了参观学习,这也标志着吉林外国语大学2022年思政课教师社会实践研修活动正式启动。

据介绍,吉林省天定山党史教育基地是由吉林省建设集团投资建设,以“党的光辉照我心”为主题,共设中国共产党党史馆、吉林党史与社会经济发展史馆、党性教育与基层党建馆3个主题馆。

参观期间,教师们红色教育基地党史讲解员的引导下,有序进入各个展厅、陈列室进行了参观,接受心灵洗礼和党性教育。大家纷纷表示,要不忘初心,牢记使命,传承红色基因,赓续精神血脉,努力将参观学习成果转化为思想政治教育教学工作的新动能。活动期间,学院和党史教育基地还围绕党建工作、教师研修实践、“青马工程”培训建设和学科教学(思政)专业研究生培养等方面内容进行了深入交流。

此次研修活动是学校马克思主义学院2022年思政课教师队伍培养培训规划内容之一,旨在让教师们深入了解党和人民伟大实践中汲取养分、丰富思想。除研修活动外,还将通过组织考察调研、建立研学基地等,帮助教师深刻把握当代马克思主义中国化的最新理论成果及社会科学最新研究动态,提高理论水平和分析问题的能力,从而打造一支政治强、情怀深、思维新、视野广、自律严、人格正的思政课教师队伍。