

居家时判定感染了新冠病毒如何应对？服用中药要注意什么？

权威专家回应防疫热点

奥密克戎病毒致病性在减弱，若居家时出现类似于感冒的症状，如何判定是否感染了新冠病毒？若感染，服用中药要注意什么？国务院联防联控机制组织权威专家——首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉、北京大学第一医院感染科主任王贵强就公众关心的问题接受采访。

1.问：若居家时出现类似于感冒的症状，如何判定是否感染了新冠病毒？感染了如何应对？

王贵强：从当前全国病例来看，感染奥密克戎毒株后以上呼吸道症状为主，重症化的比例明显降低。随着疫苗接种的

普及，逐渐形成了一定程度的免疫力，病毒致病力下降。

我们强调分层诊疗和救治，一般病人可居家观察治疗，重症或有重症风险的病人需到医院进一步诊治。居家时若出现发热咳嗽等症状，可用解热镇痛药，物理降温或者在医生的指导下吃一些中药、抗病毒药等，同时建议抗原自测。

做完抗原检测后，如果是阳性应及时上传报备，并密切监测自己的身体状态，观察是否有异常症状，如果有明显的病情变化，比如呼吸困难、气短、基础病加重等，要及时跟社区医生联系报备，必要时到医院进一步诊疗救治。

2.问：若感染病毒，服用中药要注意什么？

刘清泉：从原始株到德尔塔再到奥密克戎，病毒的致病性越来越弱，而传染性增强了。从中医角度看，核心病机的变化是一种风热夹湿夹毒的特征，表现出来的症状可能一是发烧，热程大概是1至2天；二是咽喉疼痛、咽干；三是乏力，有些人会在发烧前或者发烧中出现骨节酸痛、全身酸痛等。随着3至5天的变化，这些症状会逐渐消失。

对这种风热引起的外感类疾病，治疗上一般给予病人具有疏风、清热、化湿、解毒、解表功效的这一类中成药。

国铁集团

乘火车不再查验 48小时核酸阴性证明

中国国家铁路集团有限公司12月7日发布公告，即日起，旅客乘火车不再查验48小时核酸阴性证明。

公告说，按照国务院联防联控机制防控政策要求，自即日起，购票、乘车及进出站停止查验48小时核酸检测阴性证明和健康码，各项进京防控措施调整时间另行通知。

最高检

发布惩治侵犯公民 个人信息犯罪典型案例

最高人民检察院7日发布5个依法惩治侵犯公民个人信息犯罪典型案例。该批典型案例涵盖了对公民征信信息、生物识别信息、行踪轨迹信息、健康生理信息等不同类型个人信息的全面保护，体现了检察机关依法从严惩治侵犯公民个人信息犯罪的政策导向。

据介绍，该批典型案例对司法办案中涉及个人信息的有关法律适用问题进行了重申或者明确了意见。比如，案例明确，对客观上无法排重计算所涉个人信息数量的，可以通过确定违法所得数额作为定罪量刑的事实依据。此外，对批量公民个人信息的条数，根据查获的数量直接认定，但是有证据证明信息不真实或者重复的除外。信息数量、违法所得数额是侵犯公民个人信息罪定罪量刑的重要依据。其中之一达到司法解释规定的标准，即可认定为“情节严重”或者“情节特别严重”，按照侵犯公民个人信息罪定罪量刑。如果二者分别属于不同的量刑幅度的，可以按照处罚较重的量刑幅度处理。

据了解，2019年至今年10月，全国检察机关共批准逮捕涉嫌侵犯公民个人信息犯罪嫌疑人1.3万余人，提起公诉2.8万余人。

最高检第一检察厅负责人表示，下一步，检察机关要进一步强化履职，结合打击治理电信网络诈骗犯罪等深挖关联犯罪，加强对上游信息采集、提供、倒卖等环节犯罪行为的全链条打击，对公民个人信息的信息类型以及刑事处罚标准加强研究，协同推进个人信息保护刑事检察和公益诉讼检察一体化办案，促进平台、行业完善内部管控，推动形成个人信息保护多元共治新格局。

山东沂源

冬闲增收忙



12月6日，山东省淄博市沂源县石桥镇马庄村的村民在加工马扎。

入冬以来，山东省淄博市沂源县农民积极发展食品制作、手工艺品加工等产业，在冬闲里致富增收忙。

本版文图据新华社

松花江畔 搭起18米高雪人

12月6日，工人在松花江哈尔滨段江畔搭建巨型雪人。

目前，一座正在搭建的巨型雪人在松花江哈尔滨段江畔“亮相”。记者从哈尔滨市园林部门了解到，这座大雪人设计总长13米、宽10米、高18米，计划用雪量为2000立方米，造型可爱、憨态可掬的“治愈系”大雪人将于不久后完工。



“冰城”进入“采冰季”

12月6日，工人在松花江哈尔滨段封冻的江面上采冰。

目前，“冰城”哈尔滨市已进入“采冰季”。工人从封冻的松花江采冰，并将冰块运往哈尔滨市的重要景点等地，用于冰雪景观的搭建制作。



8日的这份“天象套餐”别错过：火星冲日+满月伴火星

天文科普专家介绍，北京时间12月8日14时火星将迎来冲日。冲日前后是观测火星的好时机，这颗橘红色的亮星几乎彻夜可见，其中7日和8日两晚观测最佳。巧合的是，8日晚恰逢满月，火星还将与这轮满月近距离相伴相映，极为难得。

火星是地球轨道外的第一颗行星，它在很多方面与地球相似。比如都有高山、峡谷、平原等地形，都有四季变化，轨道倾角、昼夜更替时间接近等等，探索价值非常高，这也是火星成为各国行星探测器“热门旅行地”的原因。

8日，这颗备受人类关注的星球将上演一场大戏——火星冲日。冲日时，火星与地球、太阳几乎成一条直线，地球正好处在火星和太阳之间，当天火星被太阳照亮的一面会完全朝向地球。每过2年多火星就会迎来一次冲日。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事修立鹏介绍，8日日落后不久，明亮的火星从东南方升起，亮度约-1.8等，超过全天最亮的恒星天狼星，在深夜的星空中仅次于-2.5等的木星。

冲日时影响观测火星的因素主要有两个：一个是火星是否在近日点附近。若在近日点附近称为“大冲”，火星大冲大约每15年到17年发生一次。大冲期间，火星距离地球较近，亮度较高。而本次冲日，火星不在近日点附近，只能算是一次普通的冲日。

另一个是火星的最大地平高度。地平高度越高，火星反射的太阳光受到地球大气层的干扰就越少，也就越便于观测细节。本次冲日，以北京地区为例，当晚火星的最大地平高度约75°，已非常接近头顶正上方，这也是2007年以来火

星赤纬最高的一次冲日。“无论是大冲还是普通的冲日，对应火星的地貌和火星的季节都会不同，各有特色。”修立鹏说。

观测火星不限于冲日当天，冲日前后的几个月也都适合观测。“除了用肉眼外，感兴趣的公众可借助小型天文望远镜或是更大口径的望远镜进行观测，这样不但可以观测到火星表面的颜色变化，还有机会看到位于其两极的白色极冠。”修立鹏说。

巧合的是，8日为农历十一月十五，月相为满月，这是2022年最后一轮满月，也是年度倒数第二小的满月。当晚，冲日的火星将与这轮满月近距离相伴，竟放光芒，煞是好看。

“机会难得，不要错过。下一次冲日的火星与满月相伴要等到2059年2月27日。”修立鹏说。