

新民晚报

创刊于1929年 / 飞入寻常百姓家

今天:多云,中雨,最高15℃,最低9℃ 明天:阴,最高17℃,最低11℃

2020年2月13日 星期四 农历庚子年正月二十 今日16版

国内统一连续出版物号 CN 31-0003 第 21179 期 上海报业集团主管主办·新民晚报社出版

习近平主持政治局常委会会议强调 疫情防控:最吃劲的关键阶段

● 疫情防控工作到了最吃劲的关键阶段,要毫不放松做好疫情防控重点工作,加强疫情特别严重或风险较大的地区防控
● 各级党委和政府要按照党中央决策部署,突出重点、统筹兼顾,分类指导、分区施策,切实把各项工作抓实、抓细、抓落地,坚决打赢疫情防控的人民战争、总体战、阻击战,努力实现今年经济社会发展目标任务

据新华社电

经中央军委主席习近平批准 军队增派2600名医护人员援鄂

坚定信心 同舟共济 打赢疫情防控阻击战

看书学习 运动健身 绘画剪纸 亲子游戏

闷而不闷 健康心态也是免疫力

封面评论

宅出精气神

邵宁

疫情当前,心理问题不容忽视。一方面,传染性疾病的暴发、蔓延确实给普通人造成困扰,另一方面,宅在家中近20天,会不会闷出毛病?

在这“悠长假期”里,有的人懒得料理自己,从早到晚葛优躺;肚子饿了,随便对付一下,天天方便面、速冻饺子;有的人则沉迷于铺天盖地的信息,人变得越来越焦虑,晚上也无法入眠。

昨天市政府发布会上介绍,市精神卫生中心等专业机构已推出了互联网快速问诊通道、情绪自我评估工具、心理援助热线等多种手段。这是非常及时的。我们更需要积极面对,调整心态,乐观生活,宅出精气神。

群众的智慧是无穷的。今天,本报就报道了市民丰富多彩的花式“宅消遣”,展示出市民们健康的生活方式和积极的心态。在家没健身器材?奥运冠军当教练,跟着运动不会错;没空间活动?拉杆箱跨栏,阳台上灌篮;孩子在家无聊?上网看看名师的直播课,或者跟象棋大师学下棋。还有更多的人在家里为抗击疫情出力,如上海的漫画家们以笔为“枪”,创作了大量漫画为武汉加油;艺术家们隔空合作,用艺术的力量鼓舞人心;一群中学生翻译了12份英文抗疫宣传材料……

暂且放下手机,做一点有意义的事吧。读一本书,看一部电影,听一段音乐,和孩子聊聊天,甚至认真钻研厨艺,也能治愈焦虑。几天前,国家卫生健康委疾控局副局长王斌在新闻发布会上表示,“我们本来就具备免疫力,保持镇定,保持乐观,乐观自信的内心是最好和最强大的免疫力。”

抗击疫情是一场持久战,保持身心健康才能最终赢得这场战役。德国哲学家尼采说过:“但凡不能杀死你的,都会使你更强大。”请相信,等到新冠疫情被战胜的那一天,你一定比现在更强大。

核心提示

全城抗疫二十多天来,上海的数百万个家庭响应政府号召,“闷在家里做贡献”,他们并没有“闲着”:跟着奥运冠军练身体,客厅变身运动场;在线上一堂公益课,在家给自己充个电;把心情写成诗,把温情唱成歌,把加油画成画……

居民们“闷(mēn)”而不“闷(mèn)”,各种花式“宅消遣”展示出居民们健康的生活方式和积极的心态。人们从焦虑逐渐走向坦然,所有人都坚信,这场疫情防控战,阿拉一定能打赢。

>>>6-7版



市民林小姐在家用现在非常流行的电子健身游戏的方式进行锻炼

本报记者 李铭坤 摄

家有老人孩子 多交流倾听多陪伴鼓励

市卫健委给出六条心理健康贴士

>>>详见第2版

14840例 数字没有错!

湖北省今起将临床诊断病例数纳入确诊病例数公布

新华社武汉今日电(记者 梁建强 黎昌政)湖北省卫健委13日通报,2月12日0时-24时,湖北省新增新冠肺炎病例14840例(含临床诊断病例13332例),这一数字引起人们的关注。

专家认为,湖北公布的12日新冠肺炎确诊病例大幅增加,是因为将临床诊断病例13332例纳入确诊病例公布。

通报说,随着对新冠肺炎认识的深入和诊疗经验的积累,针对湖北省疫情特点,国家卫生健康委办公厅、国家中医药管理局办公室印发的《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第五版)》在湖北省的病例诊断分类中增加了“临床诊断”,以便患者能及早按照确诊病例接受规范治疗。

根据第五版诊疗方案,对湖北地区疑似病例具有肺炎影像学特征者,纳入临床诊断病例。据专家解读,对湖北地区一时病毒核酸检测仍呈现阴性或未能进行核酸检测,但影像学特征符合新冠肺炎标准的患者纳入临床诊断病例。这有利于对此类尚未确诊的患者精准施策,既有利于患者治疗,也利于疫情总体防控。

通报说,根据第五版诊疗方案,近期湖北省对既往疑似病例开展了排查,并对诊断结果进行订正,对新就诊患者按新诊断分类诊断。为与全国其他省份对外发布的病例诊断分类一致,13日起,湖北省将临床诊断病例数纳入确诊病例数公布。

湖北省委主要负责同志职务调整

应勇任湖北省委委员、常委、书记

新华社北京今日电 日前,中共中央决定:应勇同志任湖北省委委员、常委、书记,蒋超良同志不再担任湖北省委委员、常委、书记职务。

今日提醒

有患者因过度恐惧疫情而不去医院

有些病等不起 该看还是要看

本市对所有外地来沪邮件快件消毒

快递不用拒收 收完记得洗手

>>>详见第4版

>>>详见第2版