加强疫情防控 织牢防护网络

气溶胶传播飘忽不定 户外也要戴口罩

前不久，山东省枣庄市台儿庄区发布紧急提醒，该区一居民未佩戴口罩到户外某处挖野菜，被同时间在该处停留的一名未佩戴口罩的无症状感染者传染上新冠肺炎，经流行病学调查分析研判，系气溶胶传播导致感染。

此前，宁波市疾控中心通报当地某确诊病例乘坐自驾车（开车窗、未戴口罩）进入某地下停车场，同时间段内另有两位续发新冠肺炎病例在该停车场内停留且未戴口罩，存在气溶胶传播导致感染的可能性。

卫生防疫专家表示，新冠肺炎传播途径主要为直接传播、气溶胶传播和接触传播。与其他传播途径相比，气溶胶传播似乎更加“飘忽不定”，这和气溶胶的特性有很大关系。

气溶胶可以飘浮至更远处 造成远距离传播

“气溶胶是指固态或液态微粒悬浮在气体介质中、直径为0.001至100微米的微小颗粒物组成的系统。”湖北大学生命科学学院、省部共建生物催化与酶工程国家重点实验室陈纯琪教授解释，就像抽烟产生的烟雾，悬浮在空中久久不散，有时候即使看不到了也能闻到烟味。

直径约为0.1微米的新冠病毒，可以附着在尘埃、飞沫上，或者是失去水分的飞沫核上，以气溶胶的形式进行空气传播，也就是气溶胶传播。

“质量大的飞沫、尘埃很快就会落到地面，质量小的飞沫核在空气中几乎不下沉。而且飞沫核中的新冠病毒有蛋白质膜壳的保护，可以长时间保持活性。因此，气溶胶可以飘浮至更远处，造成远距离的传播。”陈纯琪表示，这也是气溶胶传播比较隐匿的原因之一。

很多行为都可以产生气溶胶，比如呼吸、咳嗽、说话、吐痰、呕吐、大小便（水冲洗）等。医学检验实验室等人员在接触患者的血液、尿液、粪便等样本时也可产生气溶胶。产生途径多，也让气溶胶传播增加了更多的不确定性和隐匿性。

防范难度增大 但也并非防不胜防

不过陈纯琪表示，虽然气溶胶传播让人们防范的难度增大，但也并非防不胜防。

“正常的呼吸虽然可以产生气溶胶，但比咳嗽和喷嚏产生的量小得多。一般来说，无症状感染者的新冠病毒Ct值是比较高的，所产生的气溶胶里的病毒载量也会比较低，因此传播力也较差。”陈纯琪介绍，通常来讲，只有达到极高数量级的阈值，部分病毒才能由黏膜进入人体。在密闭空间或空气流通条件不好的地方，气溶胶传播病毒的风险较高。

陈纯琪分析，宁波病例就发生在停车场内，这里是相对比较密闭的空间，通风环境不好。气溶胶比较怕空气流通，风一吹就能很快散开。因此，在室内勤通风，是有效预防气溶胶传播的方式之一。

当然这也不能说在户外就一定能“高枕无忧”，山东病例就发生在户外。对此，陈纯琪表示，如果户外没有风，那么气溶胶中的病毒载量也能达到一定的浓度。同时也不排除有一些人对于病毒更易感，或者像奥密克戎变异株，由于其表面刺突蛋白附着人体细胞能力更强，微量病毒可能就会造成新冠病毒的感染。

“这两个病例再次提醒我们，在公共场所，无论室内还是户外，一定要规范地戴好口罩，特别是在电梯、出租车、办公室等密闭狭小的空间内。”陈纯琪提醒，“口罩可以对颗粒直径较大的气溶胶进行物理隔绝，如果是具备熔喷层的口罩，则可以通过静电作用吸附小分子气溶胶。”

（据《科技日报》）

疫情之下 如何避免心理红码？

近期，全国各地新冠肺炎疫情多发，防控形势严峻。疫情不仅威胁着公众的身体健康，也大大影响了人们的心理健康。有人出现紧张、恐惧、焦虑等负面情绪，影响工作与生活。疫情之下，如何避免出现“心理红码”？

正确对待隔离和“变码”

中南大学湘雅二医院精神卫生研究所教授张燕建议，疫情之下，一些人面对突如其来的出行限制，可能会出现对未来产生不确定性等心理应激反应，空间的封闭隔离容易加剧孤立无援的恐惧感。

张燕说，隔离者要有正向思维，应明白住院集中隔离是为了防止疫情扩散的非常手段，能够更专业地救治病人，提高治愈率，且尽量减少疾病对周围人群的传播，力求在最短时间内解除危机。

湖南省人民医院心理专家万欢建议，当隔离出现焦虑情绪时，可以通过放松训练或其他可以转移注意力的方式，来帮助缓解焦虑情绪。如果仍觉得收效甚微，头脑里有很多消极悲观的念头，应反映给医生，专业的精神心理医师可帮助走出困境。

湘雅二医院精神卫生研究所副教授张丽说，疫情防控期间被赋黄、红码的人员，可及时获取权威、科学、正向的信息，了解官方对于红黄码管理及转码流程；保持良好的身心状态，包括保持科学的自我防范意识，及时调整自己的生活日程，如在“变码”期间出现焦虑、烦躁、不安、愤怒等情绪，要及时疏导，多与亲友们交流，获取支持，共渡难关。

控制接收信息时长 及时寻求帮助

张丽建议，广大群众应在疫情期间积极接纳自己的情绪，当出现严重不良情绪时，积极寻求帮助。如果出现了恐惧、无助、无望、空虚、迟钝与麻木等情况并且持续时间超过两周以上，可以拨打心理咨询热线或找专科医生就诊。

疫情的出现，电视、网络充斥大量信息，造谣、辟谣消息随处可见，超出了人们的心理负荷。张丽建议，相信权威来源信息，增加安全感。建议控制自己接收信息的时间，每天尽量不要超过1小时。避免接触太多涉及疫情的信息让自己出现焦虑情绪。

（据《半月谈》）

中国联通：立足新定位 贯彻新战略 作出新贡献

China unicom 中国联通 创新·与智慧同行

蕴 蓉

中国联通合作伙伴大会

习近平总书记深刻指出，发展数字经济是把握新一轮科技革命和产业变革新机遇的战略选择，要“加快建设高速泛在、天地一体、云网融合、智能敏捷、绿色低碳、安全可控的智能化综合性数字信息基础设施，打通经济社会发展的信息‘大动脉’”，“充分发挥海量数据和丰富应用场景优势，促进数字技术与实体经济深度融合，赋能传统产业转型升级，催生新产业新业态新模式，不断做强做优做大我国数字经济”。习近平总书记的重要指示，为新时代加快构建数字信息基础设施、推动数字经济更好服务和融入新发展格局指明了方向、提供了遵循。

中国联通认真贯彻落实习近平总书记重要指示精神和党中央、国务院决策部署，全面承接新时代赋予的新使命，结合自身资源禀赋，顺应技术与市场发展规律，紧扣新一轮科技革命和产业变革趋势，将公司定位确定为“数字信息基础设施运营服务国家队、网络强国数字中国智慧社会建设主力军、数字技术整合创新排头兵”。

“国家队、主力军、排头兵”的新定位，强调要进一步提高政治站位，强调要更积极地服务和融入国家战略，强调要更准确地把握行业技术与市场的发展规律，强调要更坚决地履行央企的政治责任、经济责任、社会责任和科技创新责任。新定位契合了各方对运营商的要求和期待，充分彰显了中国联通聚焦主责主业、挺进数字经济主航道、创新驱动高质量发展的雄心壮志。

数字信息基础设施运营服务国家队，就是要坚决践行国家使命，全面建设广度、厚度、深度行业一流的“高速泛在、天地一体、云网融合、智能敏捷、绿色低碳、安全可控”的智能化综合性数字信息基础设施，为经济社会发展畅通信息“大动脉”、构筑数字新底座。

网络强国数字中国智慧社会建设主力军，就是要坚决落实网络强国战略，服务数字中国、智慧社会建设，把握数字化、网络化、智能化方向，以技术领先、高度集成的“全覆盖、全在线、全云化、绿色化、一站式”数字化服务，助力千行百业“上云、用数、赋智”新发展，推动数字经济、数字生活、数字治理发展。

数字技术融合创新排头兵，就是要坚决实施创新驱动，聚焦核心技术，聚焦关键应用，融合创新，把中国联通打造成科技创新型企业，实现数字技术高水平自立自强，成为国家战略科技力量的重要组成部分。

踏上新征程 勇担新使命

站在“两个一百年”历史交汇点，传承历史，顺应大势，中国联通以更高的政治站位、更广的视野格局、更强的使命担当，进行全方位战略升级势在必行。立足新征程，肩负新使命，基于新定位，中国联通全面把握时代之势、行业之变、市场之需，将战略升级为“强基固本、守正创新、融合开放”。新战略是中国联通贯彻落实习近平总书记重要指示精神的战略使命，是把握宏观形势和行业态势的战略选择，是基于自身发展基础和特点的战略升级，体现了承前启后、继往开来的深邃思考，具有全局性、战略性、前瞻性。

“强基固本”更加突出了强网络之基，固服务之本，练好“基本功”，体现了为客户创造价值的鲜明导向；“守正创新”更加突出了守网络化之正，拓数字化、智能化之新，打好“组合拳”，体现了心怀“国之大者”，为社会创造价值的坚定使命；“融合开放”更加突出了要素融合、市场融通，与合作伙伴一起打好“团体赛”，表达了联通携手伙伴为行业创造价值的强烈愿望。新战略是一个完整的体系，始终坚持系统观念，既聚焦当下又放眼长远，既关注市场又强调创新，既筑牢底线又敢闯敢试，既发挥优势又开放合作，把战略从以往对点、面的关注，升级到了立体、多维的策略统筹，全面系统回答新时代联通发展的基础、动力、方式、路径等一系列重要问题，为开启高质量发展新征程谋篇布局。

围绕新战略，中国联通科学谋划由“1个战略规划纲要＋8个行动计划＋2个指导意见”构成的战略规划体系。“1＋8＋2”是一个有机整体，指引中国联通在数字经济主航道上奋楫笃行，扬帆远航。“1”是指《中国联通战略规划纲要》，是引领战略航向的“指明灯”；“8”是指8个专项行动计划，是指明路径航线的“航海图”；“2”是指2个指导意见，是加快行驶航速的“螺旋桨”。系统化的顶层设计，形成了从战略到目标、任务、保障措施的可实施、可落地行动方案，这种规划体系与执行体系的交叉设计，系紧了战略解码和战略执行的“纽扣”，从顶层设计上决定了战略执行不脱钩、不断档。

为了抓好战略执行，使全体干部员工深刻理解公司新定位，准确把握公司新战略，全面落实五大主责主业新布局，深化创新改革，强化引领保障，推动战略落地实施真正成为全体干部员工的思想自觉和行动自觉，上下齐心，同频共振，确保一张蓝图干到底，中国联通已制定了强化战略执行方案，通过理解战略、解码战略、建立战略执行责任体系、强化战略执行监控审视、建立考核和激励约束机制等工作，构建战略闭环执行体系，确保战略执行效果。

宝鸡联通作为驻地企业，将秉承中国联通集团新定位、新战略，为宝鸡市智慧城市建设及经济社会发展作出新贡献。

宝鸡联通国企开放日