

哈尔滨、牡丹江来长人员一律核酸检测3次 费用自理

19 日,记者从长春市卫生健康委员会获悉,即日起,自哈尔滨市、牡丹江市来(返)长的人员,需要进行 14 天的单独居家或集中隔离,期间需进行三次核酸检测,相关费用自理。

根据长春市疫情防控工作的需要,经长春市新冠肺炎疫情防控工作领导小组研究决定,现将有关事宜公告如下:

一、4 月 1 日以来,有哈尔滨市、牡丹江市旅居经历的来(返)长人员,须主动向社区居民委员会(村民委员会)报告。

即日起,自哈尔滨市、牡丹江市

来(返)长的人员,需要进行 14 天的单独居家或集中隔离,期间需进行三次核酸检测。相关费用自理。

二、长春市所有住宿单位(含洗浴场所),对住宿人员要询问哈尔滨市、牡丹江市旅居史,并由其提供 7 日内核酸检测呈阴性的健康证明,否则进行集中隔离。

三、机关、企事业单位对于哈尔滨市、牡丹江市来(返)长的人员,要进行登记报告,进行 14 天的单独居家或集中隔离,期间需进行三次核酸检测。

四、社区(村屯)要加大排查力

度,特别是对于曾经在哈尔滨市有过就医、陪护、探望经历的人员,要加强管控。

五、上述人员及长春市市民如有发热、干咳、胸闷气促、乏力、呼吸困难等症状的,或与确诊病例、疑似病例有接触史的,应立即联系所在社区(村屯)并前往发热门诊。

六、对违反本公告相关要求,造成严重后果的,将承担《中华人民共和国传染病防治法》《中华人民共和国治安管理处罚法》等法律法规中规定的相应法律责任。

/ 城市晚报记者 朴松莲 报道

我省本周气温将剧烈下降 最低气温-4℃

19-22日我省将出现大风 寒潮降温及雨雪天气

城市晚报记者从吉林省气象台获悉,本周起,受一股较强冷空气影响,吉林省全省气温将剧烈下降。预计4月19日至4月21日,我国华北、东北等地降温有6℃~8℃,部分地区可达10℃~14℃。

东北地区降温最为猛烈,部分地区持续低温为30年来少见。在这轮冷空气的“侵袭”下,东北地区最高气温将从20℃以上,直线降至10℃以下,最低气温也将从接近10℃降至冰点以下。长春,最高气温将从20℃降至5℃,最低气温从4月18日的11℃降至-4℃,前后的冷暖差异十分明显。

预计本周(4月19日至4月25日),全省平均气温为5℃左右,比常年同期9.3℃明显偏低。由于4月12日前后,吉林省中西部已经入春,平均温度再次降到10℃以下,将出现“倒春寒”。

19日午后到夜间,全省有分布不均的阵雨或雷阵雨;20日白天到夜间全省

大部有雨夹雪转雪;21日夜间到22日全省有分布不均的雨夹雪或阵雪。累计过程降水量:松原南部、长春、四平、辽源降水量为5~8毫米;其他地区8~15毫米。

19日午后到夜间,我省中西部有4级左右西南风,阵风可达6级;20-22日全省大部有5级西北风,阵风可达7~9级,并伴有扬沙、浮尘等沙尘天气。20日白天开始,我省气温自西向东大幅下降,累计降温幅度一般可达8~12℃。21-25日气温持续偏低,全省日平均气温4~5℃,较常年偏低4℃左右,其中21-23日最低气温一般为-5~-2℃,最高气温5~9℃。

本次冷空气不仅带来大降温,还制造了降水。本周降水将转为稍多态势,期间全省有两次降水过程:4月20日至4月21日,全省大部有阵雨或雷阵雨,转雨夹雪,东部部分地方有大雷阵雨;4月22日至4月23日,中东部有小雨或雨夹雪。

医生提醒:

科学“春捂”预防“倒春寒”

立春之后,天气逐渐回暖,白天渐长,气温、日照、降水上升和增多,这种状况在南方地区更加明显。北国之春不比江南,春风料峭余寒重,乍暖还寒。

春三月,寒气始退,阳气升发,而人们的机体调节功能远远跟不上天气的变化,稍不注意,伤风感冒就会乘虚而入。对此,长春中医药大学附属医院治未病中心主任任吉祥介绍,一年之计在于春,掌握好“春捂”的尺度非常重要,不捂不行,捂过头也不成,过犹不及。

1.“春捂”要多长时间

一般情况下,立春后最短也要“捂”10至15天。虽然立春代表春天的来临,但冬季的低温并不会立刻回升,在这期间,气温变化较大,如果过早脱掉棉衣,头部、下肢、手部、咽喉等都很容易在冷-热交替的气温变化中,因为不适应而受寒,从而导致感冒、气管炎、关节炎等疾病。“春捂”在北方更要延后,民间常常流传着“二月休把棉衣撤,三月还有梨花雪”、“吃了端午粽,再把棉衣送”的俗语。

2.“春捂”要到什么温度

15℃是“春捂”的临界温度。研究表明,对多数老年人或体弱多病而需要“春捂”的人来说,15℃可以视为捂与不捂的临界温度。当然,“捂”会依各人体质而有所不同,老人、小孩或体质偏寒者可多捂几天,而体热的人则可以少捂几天。具体标准还要综合考虑气温和个人感觉两方面。

昼夜温差也是判断“捂”不“捂”的标准之一。早春时节,应该多多关注天气预报,昼夜温差超过7-10℃时,就小心防寒了。提前了解气温变化,适当增减衣物。这在很大程度上使身体免受冷空气突至的刺激,从而减少疾病的发生。

3.“春捂”什么地方最重要

“春捂”可遵循“下厚上薄”的原则。古人在长期的生活与劳动实践中认识到,寒多自下而生,因此中国古代养生家提出了春令衣着宜“下厚上薄”的主张。这也与现代医学所认为的人体下部血液循环较上部为差,易受寒冷侵袭的观点相吻合。“春捂”的重点在于背、腹、足底。背部保暖可预防疾病,减少感冒几率;腹部保暖是保护胃、脾、肠,预防消化不良和拉肚子。“寒从脚下起”,脚下神经末梢丰富、敏感,保暖才能使身体适应气候变化。

4.“春捂”不是万能的

中医认为,防病如御敌。春捂只是被动防御。要想防疾健身,还必须从春天开始加强身体锻炼,增强机体的适应能力和抗病能力。同时还要讲究饮食有节,情志调理。饮食上要注意调养肝气去春火,应该多吃甘淡食物,如黑米、豆类及其制品;蔬菜有菠菜、韭菜、芹菜、油菜和胡萝卜等;果品有栗子、红枣、枸杞和菠萝等。除了“春捂”有度与药食调理外,还需调养精神,制怒养肝,以防春火萌动。

/ 城市晚报记者 刘暄 报道

长余高速公路改扩建工程今年9月通车



饮马河大桥施工现场

备受往返长春至哈尔滨间的司机们关注的长余高速公路改扩建工程又有新进展! 4月17日,记者在长余高速公路改扩建工程施工现场了解到,这段简称“长余高速”的高速路全称为长春至拉林河段高速公路改扩建工程(以下简称长余高速公路),2017年9月开工建设,是京哈高速公路的一段,全长143.634公里,将于今年9月30日建成通车。

长余高速公路是我省中部城市群最重要的公路之一,和长平高速共同构成贯穿吉林省中部的南北大通道。项目路线起于长春市后存金堡,主要经由米沙子镇、朱城子镇、德惠市区、菜园子镇、陶赖昭镇、扶余市,止于吉

黑省界拉林河。

2019年8月5日,长余项目左幅(哈尔滨至长春方向)已通车运营,2020年右幅桥面铺装、乔木种植、边坡防护、声屏障基础、旧路病害铣刨、水稳等工点已全部复工,交安、机电、房建工程均同步推进。

4月17日上午,记者在位于德惠市边岗乡丹城村境内的长余高速改扩建工程饮马河大桥施工现场看到,480米长的大桥上,工人们正在进行桥面系施工。中国交建长余项目六工区项目常务副经理张峻伟告诉记者,大桥主体工程预计5月20日完成。“我们六工区全线长12.6公里,现在开展的有桥梁结构施工,绿化、防护、排水

工程施工,再加上路面水稳施工正在同步进行。现在完成工程总量的80%,整个工程在8月底结束。”

据长余高速公路改扩建项目指挥部副指挥长郭明洋介绍,截至目前,长余项目完成合同额47.3亿元,完成有效合同额74%。工程由双向四车道改为双向八车道,预计9月末通车。长余高速公路改扩建后,将采用双向八车道高速公路标准,设计时速120公里。这个项目建设对于提高国家干线公路的通行能力和服务水平,实现长吉图开发开放先导区和哈长城市群的规划目标,促进吉林省经济发展有着重要的意义。

/ 城市晚报记者 刘佳雪 报道 摄

长春一男子给家人打电话称“已喝药”后失联 民警锁定男子位置 打消其轻生念头

日前,长春市公安局净月公安分局新立城派出所接到警情,一名女子称其丈夫因贷款担保问题名下房产被法院强制执行,丈夫本人于当天17时左右开着一辆灰色面包车离家出走,并通过电话告知家人自己已经喝了农药,告诉其家人不要再找他,随后手机关机失联。

接到警情时已是深夜,加上线索又很少,想要快速找到失联男子就如同“大海捞针”一样,然而这并不难倒派出所民警刘铭、单昊。“事发后,我先向家属询问了男子的车型,通话内容,微信等相关信息,然后通过相关技术手段和查询,锁定了他最后消失的卡口位置。之后在这个

位置为中心5公里的范围内,我们分成两组,一组在新城大街附近巡逻,另一组则在生态大街附近巡逻。”民警刘铭说。

在巡逻过程中刘铭也有些担忧,他怕男子一时想不开前往水库轻生,对此他睁大眼睛,不放过周围任何细节。功夫不负有心人,一个小时候左右,他在新立城镇小街村附近看到了一辆面包车,他立即上前查看,而这辆车正是当时失联男子所驾车型,车牌号也符合。“找到后,我们怕男子真的喝药,赶紧打开车门查看,好在男子并未喝药,此时他正抽着烟,趴在方向盘上,情绪低落,之后我们核对了该男子的证件

信息,确认身份无误。”刘铭说。

随后经过值班民警的耐心疏导和劝解,该男子终于心生悔意,打消了轻生的念头,民警在确认该男子身体无恙后联系家属将其带回家中。据了解,该男子之前为朋友做贷款担保人,后朋友还不起钱并失联,债务无法偿还,法院对贷款担保人的房产进行了扣押,男子失落之下离家出走。期间男子称手机关机是压力比较大,想自己一人静静,这个过程中确实有喝药的想法,好在没有实施前被民警迅速找到。

其后男子亲属拨通了12345市长热线,表达对民警的感谢之情。

/ 城市晚报记者 吕闯报道