

“米袋子”“菜篮子”供给总体充裕

相关部门齐发力疏堵保供

近期本土疫情多点频发，生活必需品保供工作十分重要。如何疏通堵点，保障“米袋子”“菜篮子”供应？记者14日对近期相关部门出台的举措进行了梳理。

相关部门的信息显示，全国重要民生商品供给充裕，粮食库存处于历史高位、蔬菜在田面积增加、肉类价格总体较为稳定——

国家发展改革委经济运行调节局副局长许正斌表示，保持重要民生商品价格的平稳运行具有坚实基础。总体上看，近期全国重要民生商品供给充裕，粮油价格保持平稳，猪肉价格持续低位运行，牛羊肉和鸡肉价格较为稳定，鸡蛋价格稳中略升。

他表示，3月中旬以来，蔬菜价格受疫情多发导致物流受阻、成本上升等影响，出现明显上涨，特别是上海、长春等地涨幅较大。近日随着各地保供稳价措施的落实，价格开始逐步回落。

国家粮食和物资储备局近期公布的

信息显示，当前我国粮食库存处于历史高位，特别是小麦和稻谷两大口粮品种占总库存比例很高。中央储备规模稳中有增、结构和布局不断优化，地方储备规模增加，口粮比例保持较高水平，企业商品库存增加较多，防范风险能力增强。

国家发展改革委同相关部门加强猪肉的储备调节，各地积极推动相关工作，各大中城市普遍制定了保供稳价的方案预案，充实了小包装成品粮油、猪肉等储备，部分城市还增加了鸡蛋、耐储蔬菜储备，组织开展平价销售惠民活动，一些地方根据物价变化情况向困难群众及时发放了一次性补贴。

稳定农业生产，是稳住“米袋子”“菜篮子”的基础——

记者从农业农村部获悉，目前蔬菜在田面积增加，4月上旬产量1930万吨，一季度肉蛋奶产量同比均有所增长，保障供应有坚实基础，可以满足消费需求。

农时不等人。各级农业农村部门积极应对近期疫情影响，扎实推进春耕春管，冬小麦弱苗转化升级好于预期，一二类苗比例已基本与常年持平，春播进度同比略快。

农业农村部要求各级农业农村部门指导地方落实好分级分类防疫措施，精准施策抓实抓细春管春播，加强小麦中后期田管，抓好赤霉病等小麦穗期病虫害防控，落实春播面积；加快农资下摆入户，做好农机跨区作业及夏粮机收预案，采取有效措施解决因封控措施导致的农机手返乡受阻、农机配件购不到等问题。

“多方帮一方”，疫情防控重点地区的生活物资供应工作持续加强——

商务部消费促进司副司长李党会介绍，对疫情防控重点地区，启动“多方帮一方”的联保联供机制，及时调整周边省份、生活物资外延基地省份市场资源和保供力量，维护好重点地区的正常运转。

物流畅通对稳价保供发挥着重要作用，疏通物流堵点做好保通保畅工作——

日前，国务院应对新型冠状病毒感染肺炎疫情联防联控机制印发通知，要求全力保障货运物流特别是医疗防控物资、生活必需品、政府储备物资、邮政快递等民生物资和农业、能源、原材料等重要生产物资的运输畅通。

交通运输部要求千方百计保障服务区正常运行，受疫情影响的高速公路服务区要坚持开放运营状态，不得擅自关停。同时，做好高速公路服务区滞留车辆的如厕、餐饮、加油等服务保障工作，确保服务区“好进快出”、收费站“好收快走”。

为切实保障重点物资和邮政快递通行，通知还要求指导电商平台和快递企业提高作业场地精准防控水平；有条件的地区可增设无接触投递设施，防止出现邮件快件积压等情况。

（新华社电）

喷嚏鼻涕不止怎么办？

专家提醒：要重视春季过敏问题

新华社记者 李恒 田晓航

春季是人群过敏性鼻炎的高发季。各种直径数十微米、肉眼不可及的气传花粉充斥在空气中，很多人会出现流眼泪、打喷嚏、流鼻涕、咳嗽憋气、皮肤瘙痒等症状。

专家表示，帮助患者找到致病过敏原后，医生根据所监测的花粉播散时间段，指导患者提前两周开始规律使用抗过敏药物，在此期间根据花粉浓度灵活指导用药，并确认花粉播散结束两周后再停药，能帮助绝大部分患者顺利应对过敏季节。

“人体免疫系统包括体液免疫系统和细胞免疫系统，能帮助我们识别并清除外来的入侵病原体、体内的癌细胞以及衰老死亡的正常细胞。”北京协和医院变态反应科主任助理、副主任医师关凯介绍，面对外来入侵物，正常免疫系统只会对威胁到人体健康的微生物、病原体进行攻击、剿灭；如果免疫系统出现了“认知混乱”甚至出现“认友为敌”，就开始过度攻击进入体内但并不具备威胁的花粉、食物等，在这一过程中，身体会因“殃及池鱼”引发免疫炎症，也就引起了“过敏反应”。

“每到过敏季节，生活环境中存在大量可与正常人同存、但却被过敏体质人群视为敌人的过敏原，比如花粉。”关凯说，过敏问题关乎人的健康状态。过敏是源于免疫紊乱，并不等于“缺乏免疫力”，更不是“免疫力低下”，要科学、正确认识过敏性疾病。

过敏性鼻炎是过敏性疾病最常见的病种之一。关凯介绍，鼻塞是过敏性鼻炎的四大症状之首。鼻塞会造成机体缺氧，危害人们的身体、智力发育，导致睡眠呼吸暂停综合征。

对于过敏性鼻炎的危害，关凯表示，过敏性鼻炎多数会合并结膜炎，影响视力，还有可能合并中耳炎，导致听力下降，甚至有30%至40%的患者会发展成可致死的哮喘。如果过敏性鼻炎长时间得不到正规治疗，尤其是在青少年阶段，有可能影响人体颌面部发育，引发龅牙、“痴呆面容”等危害。

专家表示，消极等待过敏性鼻炎自愈是不可取的。要加强科普知识学习，遵循正规医院、专业医生的诊治方案，把“小毛病”控制在萌芽阶段。

栅栏门隔不断人间烟火味

新华社记者

日前，辽宁沈阳和平区鲁园社区，志愿者弓着腰，隔着栅栏门，将一袋袋餐盒递向门内。门内，是封闭楼栋里的农民工，他们排着长队，小心翼翼地接过餐盒。这是他们的晚饭，一碗碗热乎乎的打卤面。

鲁园社区是沈阳市流动人口较为集中的地区之一。疫情之下，社区实行封闭管理，部分租住在这里的农民工没有厨具，每日就餐成为难题。但一扇栅栏门，隔不断人间烟火味。社区携同社会爱心人士，为农民工送来生活物资和爱心餐。

程亚娟的面店开在鲁园社区的东侧马路上。3月来以来，她和丈夫一直住在店里，等待解封。了解到农民工做饭难后，她买来100包挂面，数十斤土豆、胡萝卜、甘蓝，重

新起灶，为农民工制作晚饭。

每天下午2时许，面店开始忙碌起来。程亚娟从滚水中捞起煮熟的面条，把混着肉羹、蔬菜、油汁的卤浇在每一碗餐盒里。这些餐盒由社区志愿者送至工友们的楼栋。路过围挡时，志愿者双手托起送餐箱，缓缓递给另一侧的志愿者，再由他们运往各个楼栋的栅栏门。

鲁园社区党委书记王咏梅说，从4月3日起，程亚娟的面店已送出近600份打卤面。社区也组成20余人的志愿者应急小分队，为农民工送去生活物资。

12日晚，沈阳市发布通告，全市分区分域分步骤有序恢复生产生活秩序。13日一大早，程亚娟也打开店面前门，准备复工复产。“春天已经来了，一切都会好起来的。”

我国科研团队发现不吃晚餐更有利于代谢健康的新证据

何时进食与代谢健康息息相关？北京协和医院肝外科毛一雷、杨华瑜团队比较了一日三餐的进食方式与两种限时进食方式对健康成年人身体状况的影响，发现“晨间进食”可改善空腹血糖、降低体重和血脂、增加肠道微生物多样性，在提高胰岛素敏感性、控制血糖方面更加有效。

研究人员介绍，限时进食是指每天在特定的时间段内（通常为8小时）进食，进食期间没有热量限制，其余时间不进食。限时进食可分为晨间进食和午间进食，前者是把每天的进食时间控制在早上6点到下午3点之间，即不吃晚餐；午间进食是把每天的进食时间控制在上午11点到晚上8点之间，即不吃早餐。这两种限时进食方案都已被证明有益于代谢，但既往研究并未就二者对人体健康的影响进行比较。

毛一雷、杨华瑜团队首次在非肥胖的健康人群中开展限时进食临床试验。90位健康、自愿参与研究的志愿

（新华社电）

新型酵母使无酒精啤酒也有啤酒花香味

无酒精啤酒的味道与普通啤酒不同，这已不是什么秘密。丹麦科学家称，他们开发出一种方法，能让无酒精啤酒喝起来同样令人满意。

由丹麦哥本哈根大学教授索蒂里奥斯·坎普拉尼斯领导的研究团队设计出了一种新型酿酒酵母，它能产生一些被称为单萜的分子，这些分子通常存在于啤酒花中。

“无酒精啤酒缺乏的是啤酒花的香味。”坎普拉尼斯说，“当你从啤酒中去除酒精时，例如通过加热，你同时也会去除啤酒花散发出的香味。通过尽量减少发酵来制作无酒精啤酒也会导致香味损失，因为啤酒需要啤酒花来赋予其独特的香味。”

坎普拉尼斯说：“经过多年

的研究，我们找到了一种方法，它能产生一种被称为单萜的小分子，它们能产生啤酒花的香味，可以在酿造过程结束时将它们添加到啤酒中，以恢复失去的香味。”这种通过使用单萜类化合物人工恢复啤酒花香味的方法，目前正在丹麦各地的啤酒厂接受测试。

啤酒花获取过程耗费资源，获得1千克啤酒花至少需要耗费2.7吨的水。坎普拉尼斯说：“使用我们的方法，可以完全跳过使用啤酒花的工序。当啤酒花香味分子从酵母中释放出来时，我们将它们收集起来并放入啤酒，从而恢复我们许多人都很熟悉和喜爱的常规啤酒香味。我们只需用分子来传递香味，而不是啤酒花本身。”（新华社电）

面对奥密克戎莫大意！坚持做好个人防护

新华社记者 宋晨 田晓航

近期，国内疫情防控形势依然严峻复杂。奥密克戎是不是“大号流感”？飞絮会不会导致新冠病毒传播？如何做好个人防护？国务院联防联控机制有关专家作出权威解答。

奥密克戎不是“大号流感”

国务院联防联控机制赴吉林医疗救治组专家分析认为，奥密克戎对高龄患者、合并严重基础病患者等特殊人群具有严重威胁。奥密克戎绝不是“大号流感”。

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆表示，奥密克戎变异株的特点是：一是传染性强，第二是传播速度快，第三是传播过程非常隐匿。

“奥密克戎病毒毒力下降是相对既往毒株而言，目前看它的危害性仍然高于流感，尤其在未接种疫苗或没有全程接种疫苗的老年人中。”北京大学第一医院感染病科主任王贵强说。

王贵强介绍，目前，我国流行的奥密克戎毒株从整体来看，无症状感染者和轻型病例比例较高。一是因为奥密克戎毒株本身毒力相对有所下降，上呼吸道感染为主，下呼吸道感染比较少，肺炎发生率比较低。二是因为目前疫苗接种的底数之下，疫苗接种人群重症比例明显是低的。三是因为主动核酸筛查，很多病人是在潜伏期发现的，所以无症状感染者比例相对是高的。

国家卫生健康委新冠肺炎疫情应对处置工作领导小组专家组组长梁万年认为，奥密克戎不是流感。我们要统一认识、摒弃“大号流感论”。

飞絮会不会导致新冠病毒传播？

各地即将进入飞絮期，随风飘散的杨柳絮会不会有传播新冠病毒的风险？

中国疾控中心流行病学首席专家吴尊友表示，新冠病毒一般会以游离病毒方式直接从一个感染者传染给健康人，新冠病毒通常以飞沫为载体，吸附在微小的飞沫颗粒表面，患者通过咳嗽、打喷嚏将飞沫排出，病毒吸附在颗粒上随着飞沫排出。飞沫一般比较小，传播的距离应该在1至2米。

吴尊友表示，在过去两年多的研究当中，没有发现飞絮可以吸附病毒，另外一方面，目前为止没有关于飞絮造成感染的报道。

坚持做好个人防护

吴尊友介绍，一般情况下，呼吸道感染病主要是通过近距离飞沫造成传播，也可以通过手接触被污染的物体表面，手没有进行消毒处理或者清洗的情况下又接触到口、鼻、眼等黏膜部位，就容易造成感染。

吴尊友提示，日常生活当中应对快件包裹进行消毒处理以后再打开。平时一定要注意手的卫生、手的清洁，坚持手卫生就能够减少因接触污染的物体表面而感染新冠病毒的风险。

如果一个人感染过德尔塔毒株或奥密克戎毒株，还需要注意个人防护吗？

“在不采取任何防护措施的情况下，遇到了一个感染者还是有可能再次被感染。”吴尊友说，新冠病毒的变异一直在持续发生，无论怎么变，我们都可以以不变应万变，减少个人感染风险——主要是落实好防护措施，包括戴口罩、手卫生、保持社交距离等，以及要积极接种新冠疫苗。



在陕西省安康市区的大街小巷，分布着24座装饰各具特色的“安康阅读吧”。近年来，为推进全民阅读，当地在中心城区建立了以安康市图书馆为总馆，“安康阅读吧”为分馆的阅读服务网络，打造中心城区15分钟阅读圈，实行一卡通用，借还通还。“阅读吧”周围一派市井烟火，室内却是书香四溢，静谧温馨。目前，每年到中心城区阅读吧的读者超过60万人次，借还图书近20万册，阅读吧成为市民文化休闲的好去处。

新华社记者 陶明 摄

商超果蔬过度包装也该瘦身

内有一圈海绵网套、中有方形塑料盒，外面再裹上几层塑料薄膜……最严“限塑令”实施以来，各大商超都在升级可降解材质的塑料袋，但记者发现，果蔬销售处却反其道而行之，经过层层包装后销售的净菜，塑料制品反而用得更多了。

一根茄子裹三层

荷兰豆、小米椒、车厘子等“小个头”的蔬菜水果被放进塑料盒、裹上塑料膜，油麦菜、菠菜、芹菜等绿叶蔬菜全部用塑料袋分装，整整齐齐地码放在货架上。“每次一走进果蔬区，就感觉被这些塑料袋的反光强烈晃晃的。”上周末，在超市发右安门店选购蔬菜的张大妈说。

超市发右安门店的果蔬区域中央设有20排货架，其中只有5排货架上码放着不套袋的果蔬，包括红薯、土豆、胡萝卜等几种蔬菜以及苹果和梨两种水果，其余货架上的蔬菜水果则全都使用塑料袋或塑料膜进行包装。“虽然价格高，但清洗方便、产品成色好、损耗率也少，很多消费者尤其是年轻人都喜欢买这种。”店里工作人员说。

在盒马鲜生西直门店的蔬菜货架上，就连一棵圆白菜、一个菜花、一根茄子都被里三层外三层的塑料制品包裹着——先套上一圈海绵网套、放进方形塑料盒，外面还要再包裹上几层塑料薄膜，全部展开后有1米多长。

“这样的包装太浪费，每次都能拆出几大把塑料膜和一堆塑料盒。”一名自带购物袋的顾客告诉记者，“躲都躲不开，看着真挺心疼。”

“穿衣”模式被广泛效仿

记者从超市发生鲜配送中心方面获悉，目前其已开辟精品蔬菜包装线，由工作人员手工对蔬菜水果去皮去蒂，然后使用塑料盒和保鲜膜进行包装。自去年发生疫情以来，这种提前包装好的精品果蔬在各家门店的销售量大幅增加，目前已占到果蔬总销量的8%至10%，且这一比重还在不断上升。

除了精品包装蔬菜之外，各家超市还会对配

送来的“毛菜”进行二次处理，在店内进行分拣和包装。在物美超市黄村店，果蔬区货架上近八成蔬菜水果都穿上了塑料外衣；在超市发双榆树店，果蔬区货架上几乎见不到“毛菜”的身影。

据业内介绍，这样包装是为了防止消费者在挑选时产生大量间接接触，自去年疫情以来，给蔬果“穿衣”的销售模式也被广泛效仿。“这样既卖得上价钱，又能减少损耗率，疫情期间确实是皆大欢喜的方式。”一家物美超市的工作人员说。

虽然更加方便快捷，但这种包装方式也被“吐槽”。“现在超市里的菜都是提前分装好的，油麦菜3棵一袋、油菜1斤一袋，想少买点儿都不行。吃不完放坏后就只能扔掉。”市民小于抱怨说，虽然分装蔬菜保证了新鲜，却也造成了塑料袋和果蔬的浪费。

消费者购物应多用布袋

记者在超市发、物美超市、盒马鲜生等多家超市果蔬区了解到，用于包裹精品蔬菜的塑料膜都是食品级塑料，而制作食品级塑料保鲜膜最常见的原料就是聚丙烯（PP）。

随着最严“限塑令”的实施，今年以来，海底捞、金鼎轩、星巴克、麦当劳等头部连锁餐饮和茶饮企业已经纷纷取缔了以PP为主要材质的塑料吸管和塑料餐盒，转而使用纸吸管、铝箔餐盒等更加环保的替换产品。然而，在商超渠道中，PP材质的塑料膜却还正通过精品果蔬“大行其道”。据国内一家专业生产纸塑包装的企业负责人介绍，PP材质在自然环境下需要数百年的时间才能够完全降解。

在业内专家看来，目前我国仍然处于疫情防控常态化之下，商超对消费者触摸频率较高的蔬菜水果进行分装，确实能起到减少间接接触的作用，但过度包装并不可取。倡导商超水果蔬菜包装适当“瘦身”的同时，消费者也应提高环保意识。在蔬菜水果普遍“穿上外衣”的情况下，也建议消费者尽量减少连卷塑料袋的使用，自带购物布袋进行盛装。

（吉文）

《衡水日报》530元/年
《衡水晚报》180元/年

河西站电话：2034450

开发区站电话：13323185505

河东站电话：18803288788