

“始终坚持人民至上、生命至上”

(上接一版)

治国理政千头万绪，习近平总书记向来重视“精准”二字。从脱贫攻坚的“聚焦精准发力”，到深化改革“对准焦距，找准穴位”，从城市管理“应该像绣花一样精细”，到要求对干部开展精准化的培训……精准，是现代化治理能力的卓越体现。

针对突如其来的疫情，习近平总书记早在2020年1月召开的中共中央政治局常委会会议上就提出“坚定信心、同舟共济、科学防治、精准施策”的总要求。

面对复杂的世纪疫情，同传播速度更快、隐匿性更强的变异株较量，实现“动态清零”，关键就在“精准”。

这是中国方案的精准，在关键要害处，集中发力——近期疫情“破防”，均由境外输入引发。点多、线长、面广，当前我国疫情防控的重中之重，正是外防输入。“针尖大的窟窿能漏过斗大的风”，2020年全国两会上，习近平总书记在参加湖北代表团审议时就强调，持续抓好外防输入、内防反弹工作，决不能让来之不易的疫情防控成果前功尽弃。

习近平总书记多次强调，目前疫情防控最大的风险是来自境外，外防输入一刻也不能放松，要压实口岸地区防控责任，充实口岸防控力量，健全常态化防控机制，补齐短板弱项，筑牢外防输入防线。

划定缓冲区，实行差异化管理；一口岸一对策，实行非接触式货物交接模式……中国精准完善口岸城市疫情防控机制，以最小的社会成本，不断扎紧外防输入“篱笆墙”。

阿尔法、贝塔、伽马、德尔塔、奥密克戎……不断出现的新冠病毒变异株，让防控变得异常困难，也促使人类不断调整应对手段。

“坚持向科学要答案、要方法”“科学技术是人类疾病斗争的锐利武器”“中西医结合、中西药并用”……在考察新冠肺炎防控科研攻关工作时、在专家学者座谈会上，习近平总书记始终强调科技之于疫情精准防控的作用。

加强疫苗、快速检测试剂和药物研发等科技攻关，使防控工作更有针对性；启动新冠疫苗序贯加强免疫接种；采用核酸和抗原检测相结合……一个个事关长远的抗疫部署，彰显着领航者高瞻远瞩的战略眼光。

构建“免疫长城”！在习近平总书记的亲自关心部署下，中国启动全球最大规模疫苗接种：截至3月24日，全国完成新冠疫苗全程接种超过12.4亿人，占总人口近九成，这一规模和速度超过全世界其他任何国家。

一旦感染新冠病毒，老年人发生重症和死亡的风险显著增加。面向5200万尚未完成全程接种的60岁以上老年人，疫苗接种正精准推进，免疫屏障在有针对性地加强。目前，我国已有29款疫苗进入临床试验，占到全球的19%。

这是中国智慧的彰显，下好先手棋，织牢防护网——就当前抗疫，习近平总书记着重强调，要“使防控工作更有针对性”“采取更加有效措施”。

阻断病毒传播链，以快制快尤为关键。3月23日，吉林。全省方舱医院已建成13个，在建4个，共有床位22973张、在建床位7841张。

“刚开始担心方舱医院里条件不好。”来自吉林农业科技学院的学生陈建豪，住进吉林市昌邑区方舱医院，“来了之后每顿饭有荤有素，外面天气寒冷，方舱医院很暖。”

确保每个省至少有2至3家方舱医院，在需要启用时，能在两天之内建成并投入使用……在武汉保卫战中超到至为关键作用的方舱医院，如今得到进一步“升级”使用。

在以习近平同志为核心的党中央统筹指挥下，根据疫情变化，诊疗方案、核酸检测组织实施指南等与时俱进作出科学调整，更加科学的防控举措不断出台：不搞“大水漫灌”，核酸检测任务在24小时内完成；推广“抗原筛查、核酸诊断”监测模式；对轻症病例实行集中隔离管理，科学降低解除隔离的标准……

与病毒赛跑，跑得越快，就越能掌握战“疫”的主动权。我国坚持“动态清零”总方针，以“早发现、早报告、早隔离、早治疗”为核心，从严从实开展防控工作，疫情防控取得了良好效果。

“扩大重点人群监测覆盖面，完善多渠道监测预警机制，全面提升疫情监测预警和应急响应能力”“要加强学校等重点场所常态化防控，压实主体责任，做实做细防控措施和应急预案”……严格落实“四早”要求，确保第一时间发现，第一时间应对处置，就能把疫情控制在最小范围。

“早发现、早处置，我们有办法把疫情遏制在萌芽状态。”国家卫生健康委疫情应对处置工作领导小组专家组组长梁万年说，当前防控举措科学有效，积小胜为大胜，我们总体上就会向“动态清零”的目标逐渐迈进。

这是中国力量的集结，分级分层、有效协同，向机制要效率——

静与动之间精准施策，体现治国理政的高超水平。习近平总书记反复强调，“坚持常态化精准防控和局部应急处置有机结合”“统筹常态化精准防控和应急处置”。

就不断完善疫情防控机制，习近平总书记强调指出，“要

统筹应急状态下医疗卫生机构动员响应、区域联动、人员调集，建立健全分级、分层、分流的重大疫情救治机制”“发挥社区作为联防联控、群防群控的第一道防线作用”“着力完善重大疫情防控体制机制，毫不放松抓好常态化疫情防控，全方位全周期保障人民健康”。

“不断提升分区分级差异化精准防控水平。”习近平总书记多次强调。3月17日的中共中央政治局常委会会议对科学精准防控作出部署，强调“压实属地、部门、单位、个人四方责任”“要保持群众正常生产生活平稳有序，做好生活必需品生产供应，保障好群众就医需求”“做实做细防控措施和应急预案”。

疫情常态化防控不是孤立的政策，而是一套复杂的运行体系，坚决防止“简单化”“一刀切”。防控工作千头万绪，执行不到位，要么形成防控“空挡”，要么导致“层层加码”，影响百姓正常生活。

国务院联防联控机制第一时间响应，各省份各部门坚决贯彻落实习近平总书记重要讲话精神，落实党中央、国务院决策部署。

从严从紧落实疫情防控各项措施；采取最彻底的防控措施，尽快遏制疫情扩散势头……抗疫集结号再度吹响，一条条更加精准的措施正不断出台。

第一时间派出工作组赴多个省份指导疫情处置工作，第一时间全面激活应急指挥体系，第一时间启动重点地区核酸检测，第一时间强化公安、公安、工信的协同，第一时间做好信息发布和舆论引导……

3月14日下午，来自邻近省份的多支医疗队共940名医护人员抵达吉林市，迅速补充到当地的方舱医院、定点医院和核酸检测队伍中。不久之后，制约当地疫情防控的瓶颈问题基本得到解决。

“图难于其易，为大于其细”。在以习近平同志为核心的党中央的坚强领导下，亿万人民团结一心，将防控工作抓实抓细，坚持到底就一定能够夺取胜利。

统筹兼顾——“最大限度减少疫情对经济社会发展的影响”

防疫关乎生命，发展关乎生计。如何统筹好这对看似不可调和的矛盾，是考验世界各国的一道难题。

“在确保疫情防控到位的前提下，推动非疫情防控重点地区企事业单位复工复产，恢复生产生活秩序”；“既不能对不同地区采取‘一刀切’的做法、阻碍经济社会秩序恢复，又不能不当放松防控、导致前功尽弃”……

2020年2月23日，国内疫情防控紧要时，习近平总书记面对全国17万名县级以上干部发表重要讲话，为统筹推进疫情防控和经济社会发展工作指明方向，增强信心。

惊涛骇浪中把舵定向，大战大考前运筹帷幄。两年多来，正是在以习近平同志为核心的党中央领航掌舵下，我国走出了一条精准统筹疫情防控和经济社会发展的辩证之道。不仅确保了亿万人民的生命安全，还如期打赢脱贫攻坚战、全面建成小康社会、实现“十四五”良好开局……

2022年，是进入全面建设社会主义现代化国家、向第二个百年奋斗目标进军新征程的重要一年，我们党将召开二十大。

当前，疫情仍是影响世界经济的最大不确定因素。外部环境更趋严峻，国内经济发展面临需求收缩、供给冲击、预期转弱三重压力，点多频发的聚集性疫情让形势变得更为复杂。

“要保持战略定力，坚持稳中求进，统筹好疫情防控和经济社会发展，采取更加有效措施，努力用最小的代价实现最大的防控效果，最大限度减少疫情对经济社会发展的影响。”

习近平总书记3月17日在中共中央政治局常委会会议上的讲话，用三个“最”字表明我国坚决打好统筹疫情防控和经济社会发展之战的决心和信心。

越是面对复杂变局，越要稳字当头，牢牢稳住发展的基本盘——

5.5%左右——这是今年我国的预期经济增速目标。陡然升级的疫情形势，无疑增大了稳增长压力。

多重压力叠加，关键要强化统筹协调，确保“稳字当头、稳中求进”，牢牢掌握经济发展的主动权。

“战疫情”不误“保春耕”。如今，农业大省吉林争分夺秒与疫情斗争的同时，生产综合服务保障也在紧锣密鼓开展，东北大地正备战春耕，确保粮食生产安全。

农业农村部连续发文部署统筹抓好疫情防控和春季农业生产工作；针对农资价格上涨，中央财政下达资金200亿元对实际种粮农民发放一次性补贴，国家发展改革委等部署投放100万吨国家钾肥储备……

手中有粮，心中不慌。“在粮食安全这个问题上不能有丝毫麻痹大意”“保证粮食年产量保持在1.3万亿斤以上，确保中国人的饭碗主要装中国粮”……今年全国两会期间，习近平总书记在看望参加政协会议的农业界、社会福利和社会保障界委员时强调。

“精准防”确保“不断链”。产业链是经济的命脉，针对疫

情对部分产业链供应链上下游企业造成的影响，各地在筑牢防疫线的同时，密集出台政策措施为企业减负纾困，畅通产业链，稳住基本盘。

抗疫全力以赴，生产高效运行，研发有条不紊，全市规模以上工业企业复工率已超过99%……作为全球制造业重要基地和全国经济强市，常住人口超过1200万的江苏省苏州市，通过一揽子组合拳政策推动防疫与发展，最大限度减少疫情的影响。

一手抓战“疫”，一手抓发展，彰显复杂形势下的战略定力。

习近平总书记在去年中央经济工作会议上强调指出，要进一步提高防控措施的科学性、精准性、有效性，尽可能减轻对经济发展和群众正常生活的影响。“我们的这个方针，坚持到最后就是胜利。”

越是面对复杂局面，越要善于化危为机，锚定高质量发展——

“危和机总是同生并存的，克服了危即是机。”

两年前的春天，习近平总书记来到浙江，在疫情发生后首次实地考察复工复产，积极鼓励国内企业抓住科技创新、产业升级的契机，让很多困境企业坚定了前行信心。

准确识变，认清“危”中之需；主动求变，找准发展之“机”。

2020年全国两会上，习近平总书记在政协经济界委员联组会上强调，要坚持用全面、辩证、长远的眼光分析当前经济形势，“这次疫情是一场危机，但某种程度上也孕育了新的契机”“努力在危机中育新机、于变局中开新局”。

春起湾区，岭南花开。放眼广东，“世界工厂”的机器轰鸣声中，这片创新之地毫不放松另一场攻坚战。

来自中国科学院深圳先进技术研究院的数据显示，封闭管理的一周，有125名科研人员、1237名研究生有序推进科研工作。“这是不同的战场，同样的坚守。”其中一名科研人员说。

疫情冲击了传统产业，但创新驱动的重要性愈发凸显。“‘十四五’时期我们国家再往前走，必须靠创新”“我们要进入科技发展第一方阵，就得靠我们自己”……习近平总书记去年在福建考察时的话，语重心长。

两年多来，习近平总书记的考察足迹遍布大江南北，每次实地调研统筹疫情防控和经济社会发展情况的同时，总会围绕把握新发展阶段、贯彻新发展理念、构建新发展格局、推动高质量发展因地制宜作出部署，不断开辟发展新境界。

越是面对复杂变局，越要立足两个大局，在开放共赢中坚定前行——

拥有超过6万家外资企业的上海，尽管受到疫情影响，第五届进博会的招展进度依然“快于历年同期水平”，折射出全球企业对中国经济不变的信心。

尽管疫情有反复，一年两次的广交会从未中断；首届进博会去年在海口成功举办，目前第二届正火热招商；如期举行的服贸会亮出扩大开放新举措。

持续推进高水平对外开放，深入实施外资准入负面清单，落实好外资企业国民待遇，高质量共建“一带一路”……习近平总书记在一次次重要讲话中，向世界传递出自信的中国“开放的大门只会越开越大”的清晰信号。

严峻复杂形势下，信心比黄金更重要。“有中国共产党的坚强领导”“有中国特色社会主义制度的显著优势”“有持续快速发展积累的坚实基础”“有长期稳定的社会环境”“有自信自强的精神力量”……

今年全国两会期间，习近平总书记在作出“五个必由之路”重大论断后，鲜明提出我国发展仍具有的“五个战略性有利条件”，深刻阐明了“时与势在我们一边”的道理。

新时代新征程上，我们既要全力以赴赴好疫情防控“加试题”，更要坚定信心答好中华民族伟大复兴这道“必答题”。

“我们要既正视困难又坚定信心，发扬历史主动精神，迎难而上，敢于斗争，砥砺前行，奋发有为，以实际行动迎接中共二十大胜利召开。”习近平总书记强调。

共克时艰——“只要我们同舟共济、守望相助，就一定能够彻底战胜疫情，迎来人类发展更加美好的明天”

2022年2月20日晚的国家体育场流光溢彩，充满依依惜别的浓情情谊。“天下一家”字样的焰火在“鸟巢”上空骤然绽放，举世瞩目的北京冬奥会圆满落下帷幕。

不惧新冠肺炎疫情影响持续蔓延、奥密克戎变异株来势汹汹，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，中国如期履行承诺，成功向世界奉献了一届简约、安全、精彩的冬奥盛会，为处于动荡变革期的人类注入强大信心和力量。

闭环内阳性率非常低并动态清零，各项赛事安全顺利举行；闭环外经济社会运行如常，人们共享体育竞赛带来的激情、欢乐与感动……

如同一面镜子，北京冬奥会、冬残奥会的成功举办也向世

人昭示：只要团结一心、科学施策，人们完全能够统筹好发展和安全，办成有利于各国人民的大事。

“大国要有大国的样子，要展现更多责任担当。”面对百年来全球发生的最严重的传染病大流行，习近平总书记始终从维护全人类共同和长远利益出发，引领各国坚定信心、不怕困难，团结合作、共克时艰。

两年多来，经历疫情的跌宕起伏、国际局势的风云变幻，“人民至上、生命至上”的中国理念，统筹疫情防控和社会发展的中国方案，推动构建人类命运共同体的中国行动，在世界上产生着愈来愈广泛而深远的感召力、影响力、引领力。

这是任何情况下都把各国人民生命安全和身体健康放在第一位的坚定——

“感谢中方为巴基斯坦抗击新冠肺炎疫情提供宝贵帮助，中方提供的疫苗不仅拯救了巴人民，也拯救了巴经济”……

2月6日，北京人民大会堂。在同习近平总书记的面对面会晤中，巴基斯坦总理伊姆兰·汗表达由衷感激之情。

与180个国家、10多个国际和地区组织分享疫情防控和诊疗方案，向34个国家派出37支医疗专家组，向150多个国家和14个国际组织提供大量抗疫物资，向120多个国家和国际组织提供超过21亿剂疫苗……

习近平总书记亲自指挥发起的新中国成立以来最大规模的全球紧急人道主义行动，传递出一个发展中大国既对本国人民生命安全和身体健康负责、也为全球公共卫生事业尽责的大格局、大担当。

“国际社会应该加紧行动起来，坚决遏制疫情蔓延势头”“全力搞好疫情防控。这是当务之急”“抗击疫情是国际社会面临的最紧迫任务”……两年多来，在一次次视频、电话、信函等“云外交”中，习近平总书记谈得最多的就是携手抗疫。

为何如此重视疫情防控？习近平总书记的思考深邃而辩证：“这既是坚持人民至上、生命至上的基本要求，也是稳定恢复经济的基本前提。”

这是坚持不懈推动世界经济复苏、谋求人类共同福祉的笃行——

“团结抗疫和复苏经济，两手都要抓，两手都要硬。”2021年10月25日，习近平总书记在视频会见联合国秘书长古特雷斯时的讲话，给人以深刻启迪。

在埃及驻华大使穆罕默德·巴德里看来，中国共产党的“人民至上”理念，在脱贫攻坚和抗击新冠肺炎疫情两件大事上得到集中体现。“消除贫困是对全人类发展来说最重要的一个目标，新冠肺炎疫情是全世界现今面临的最严峻挑战。中国的经验和理念无疑会为世界作出突出贡献。”

从接连举办广交会、消博会、服贸会、进博会，到高质量共建“一带一路”不断取得新进展；从推进跨境贸易便利化、保障产业链供应链安全畅通，到探索常态化疫情防控条件下经济增长新动能、社会生活新模式、人员往来新路径……

习近平总书记亲自谋划、亲自部署，中国一以贯之推进高水平对外开放、加强国际合作的坚定行动，让世界看到了全球第二大经济体的责任担当。

疫情对各国尤其是发展中国家发展和民生造成严重冲击，令那些本就不富裕的国家和人民雪上加霜。着眼于有效推进2030年可持续发展议程，2021年9月21日，在第七十六届联合国大会上，习近平总书记郑重提出全球发展倡议。在习近平总书记持续亲自推动下，全球发展倡议正得到国际社会越来越多成员的由衷支持和真诚欢迎。

“促进发展中国家可持续发展，将造福有关国家人民，也事关整个人类和地球的前途和命运”“我们应该坚持以人民为中心，提升全球发展的公平性、有效性、包容性，努力不让任何一个国家掉队”……

立场鲜明的宣示、饱含深情的话语，展现着世界级政治家的战略眼界和天下情怀。

这是矢志不渝推动构建人类命运共同体，引领全人类“一起向未来”的远见——

“在全球性危机的惊涛骇浪里，各国不是乘坐在190多条小船上，而是乘坐在一条命运与共的大船上。小船经不起风浪，巨舰才能顶住惊涛骇浪。”

2022年1月17日，出席世界经济论坛视频会议，习近平总书记以“船”为喻，指出危机面前团结合作、守望相助的重要性。

一场世纪疫情，以一种特殊形式告诫世人：人类是荣辱与共的命运共同体，重大危机面前没有任何一个国家可以独善其身，团结合作才是人间正道。

疫情暴发以来，习近平总书记先后提出构建“人类卫生健康共同体”“全球发展命运共同体”两大主张。彼此呼应的两个“共同体”，正是统筹疫情防控和经济社会发展中国理念的世界表达，也是人类命运共同体在疫情下的生动写照。

“大江奔腾向海，总会遇到逆流，但任何逆流都阻挡不了大江东去。”

展望未来，在人类命运共同体理念指引下，中国人民同各国人民坚定信心、团结奋斗，疫情终会过去，胜利必将到来！

(记者张旭东 陈芳 韩洁 杨依军 董瑞丰 屈婷) (新华社北京3月28日电)

新冠肺炎防控与心理干预100问

病毒篇

1.什么是新冠肺炎？

新冠肺炎是新型冠状病毒肺炎的简称，顾名思义，是新冠病毒感染人体后导致的肺炎，被世界卫生组织（WHO）命名为 COVID-19，“COVID”是冠 状 病 毒 病（coronavirus disease）的简写，“19”代表这种急性新发传染病暴发的时间点，即 2019年。新冠肺炎的病情严重程度轻重不等，最常见的症状是发热、干咳、乏力，其他常见症状包括咽喉痛、头痛、寒战、恶心或呕吐、腹泻、味觉减退或丧失、结膜充血等。

2.哪些人是传染源？

新冠肺炎的传染源主要是新冠肺炎患者和无症状感染者，潜伏期（即从病毒侵入人体至开始出现临床表现为止的时期）内的患者同样具有传染性。一般情况下，患者在发病后的5天内传染性最强，尤其是开始以出现干咳或者发热症状时最为明显。

3.传播途径有哪些？

新冠肺炎主要经呼吸道飞沫和密切接触传播，也可经病毒污染的器具传播。飞沫传播是指患者通过打喷嚏、咳嗽、说话和呼吸等产生的飞沫，通过被易感者吸入呼吸道，或者黏附在易感者的眼、口、鼻黏膜引起的感染。

接触传播分为直接接触传播和间接接触传播两种。直接接触传播是指通过和传染源的皮肤直接接触导致的传播；间接接触传播是指通过接触被传染源污染的物品导致的传播，如门把手、门帘、电梯按键、手机、患者使用过的毛巾、笔等，接触了污染物的手再接触口腔、鼻腔、眼睛等黏膜，就可能引起感染。

4.空气会传播新冠肺炎吗？

新冠肺炎感染者呼出的带有冠状病毒的飞沫中有很多小颗粒，这些小颗粒的直径一般在0.001~100微米之间，悬浮在空气中会形成气溶胶。在相对封闭的空间（如电梯、房间、车厢等）长时间暴露于高浓度气溶胶的情况下，存在经气溶胶传播的可能。

5.哪些人群易感，哪些人群易重症化？

新冠病毒传染性极强，体内没有对抗新冠病毒的抗体或者抗体滴度比较低的人都属于易感人群。所以，在新冠肺炎流行之初，我们所有人都是易感人群。现在，虽然很多人接种了新冠疫苗，但如果抗体水平比较低，还是有可能被感染，只不过感染后的结局不一样。接种疫苗后，即使被感染，表现也往往比较或者不典型，使住院率大幅降低。相反，没有接种过疫苗的人群，症状表现可能比较重。此外，不同年龄人群感染

后的表现及预后也不同。例如，与成人相比，儿童新冠肺炎的发病率低，且大部分儿童确诊者比成人症状轻，恢复快，预后好，重症患者少，死亡病例罕见。年轻患者大多症状轻微，预后良好。

重症人群多见于年龄超过65岁的老年人，存在高血压和冠心病等心脑血管疾病、糖尿病、慢性肺部疾病、肿瘤等基础疾病，孕妇和围产期女性，肥胖人群，重度吸烟者，免疫功能缺陷的人群（如长期使用激素的患者、艾滋病患者等）是高危重症人群，其病死率通常较高，是疫情防治的重点对象。

6.什么是新冠病毒？

新冠病毒是冠状病毒家族中的新成员，为单链RNA病毒，具有包膜。到目前为止，学者们已经研究发现的冠状病毒家族主要有7种，除这次的新冠病毒外，还包括导致2003年非典型性肺炎的SARS冠状病毒（SARS-CoV）和导致2014年中东呼吸综合征的MERS冠状病毒（MERS-CoV），以及其他4种仅导致轻微症状的冠状病毒（HCoV229E、HCoV-OC43、HCoV-NL63和HKU1）。

7.新冠病毒怎么使人得病？

在我们的生活中，病毒、细菌无处不在，但仅有少部分细菌、病毒会使我们生病。尤其是病毒，它没有细胞结构，必须入侵宿主细胞之后才能复制、增殖，从而导致宿主得病，单独的病毒在体外并不能长久生存或增殖。新冠病毒也是病毒，和其他病毒有着同样的生物属性，即入侵人体细胞后，通过复制、大量增殖致病。新冠病毒表面有一种独特的蛋白，名为S蛋白，这种蛋白就像打开人体细胞膜大门的“钥匙”。细胞膜表面具有一种血管紧张素转换酶2（ACE2）受体，它就像细胞膜大门上的“锁”，这种受体在人体的多种组织中都有表达，如肺、肾、