

（上接一版）

“欢迎你，来采购什么商品？”总书记问。“想到的都买得到，想不到的也买得到！”听到他的回答，大家都笑了。

小商品闯出了大市场、做成了大产业。总书记希望商贸城再创新辉煌，为拓展国内国际市场、畅通国内国际双循环作出更大贡献。

新空间，来自超大规模市场和强大生产能力优势结合释放的巨大潜能。

着力扩大国内需求，加快建设现代化产业体系，消费和投资良性循环，供给和需求有效对接……总书记高度重视增强国内大循环的内生动力和可靠性，聚焦制约加快构建新发展格局的主要矛盾和问题开药方、解难题。

新空间，来自城乡融合、区域协调发展释放的广阔纵深。

“推动长三角一体化发展取得新的重大突破，在中国式现代化中走在前列，更好发挥先行探路、引领示范、辐射带动作用。”初冬时节，习近平总书记在上海主持召开深入推进长三角一体化发展座谈会，在长三角一体化发展上升为国家战略实施5周年之际，提出新的要求。

深入推进京津冀协同发展、新时代推动东北全面振兴、进一步推动长江经济带高质量发展……一年来，习近平总书记围绕区域发展多次主持召开专题座谈会，既有一以贯之、不断深化的工作部署，也有着着眼新发展、拓展新空间的长远考量。

激活发展新动力，用好关键一招，以更大决心和力度推进改革开放——

2023年，是改革开放45周年和党的十八届三中全会召开10周年。习近平总书记南下广东考察时深刻指出：“中国的改革开放政策是长期不变的，一以贯之的。”

回京一周后，习近平总书记主持召开二十届中央全面深化改革委员会第一次会议，着重强调：“要把全面深化改革作为推进中国式现代化的根本动力，作为稳大局、应变局、开新局的重要抓手，把准方向、守正创新、真抓实干，在新征程上谱写改革开放新篇章。”

走稳改革之路，扩大开放之门。

这一年，新一轮党和国家机构改革基本完成，中央金融工作会议部署加快金融强国建设，有力构建全国统一大市场，实施国有企业改革深化提升行动，出台促进民营经济发展壮大的意见，构建房地产发展新模式……

这一年，发布稳外资24条政策措施，在5个自贸试验区和海南自由贸易港试点对接相关国际高标准经贸规则，自贸试验区升级扩容至22个，宣布全面取消制造业领域外资准入限制措施……

砥砺奋进，春华秋实。

2023年，面对并不比疫情三年少的压力挑战，中国坚持高质量发展和高水平安全良性互动，推动经济整体好转、回升向好。全年经济社会发展主要预期目标圆满实现，经济预计增长5.2%左右，国内生产总值超过126万亿元。中国仍是全球增长最大引擎，对全球经济增长贡献约三分之一。

担负新的使命——

“建设中华民族现代文明，是推进中国式现代化的必然要求”

北京中轴线，“文化之脊”历久弥新。北延长线上，中国历史研究院的建筑独具匠心，硕大的篆书“史”字高悬其上。

2023年6月2日，在这里召开的文化遗产发展座谈会上，习近平总书记的重要讲话贯通古今、指引未来——

“在新的起点上继续推动文化繁荣、建设文化强国、建设中华民族现代文明，是我们在新时代新的文化使命。要坚定文化自信、担当使命、奋发有为，共同努力创造属于我们这个时代的新文化，建设中华民族现代文明。”

在以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴新征程扬帆起航的关键时刻，习近平总书记郑重提出“新的文化使命”，发出“建设中华民族现代文明”的伟大号召，为中华民族伟大复兴标定文化坐标、高擎精神旗帜。

纵览人类历史，一个文明根本的转型，是文化的转型；一个文明真正的新生，是文化的新生。

习近平总书记从新时代新征程审视中华文明，从中华文明的赓续弘扬观察中国式现代化，得出深刻结论：“中国式现代化是中华民族的新旧新命，必将推动中华文明重焕荣光。”

一年来，习近平总书记的文化足迹遍及全国：山西运城博物馆、中国国家版本馆中央总馆、中国考古博物馆、三星堆博物馆、陕西汉中市博物馆、浙东运河文化园、长江国家文化公园九江城区段、江西景德镇陶瓷历史文化街区……

通过深入的考察调研，习近平总书记对新时代党领导文化建设进行着深邃思考和长远谋划。

金秋十月，首都北京，全国宣传思想文化工作会议在京西宾馆召开。

与以往相比，这次会议的名称首次增加了“文化”二字。会议正式提出习近平文化思想，在全党全社会引发热烈反响。

既有文化理论观点上的创新和突破，又有文化工作布局上的部署要求，习近平文化思想明体达用、体用贯通，为做好新时代新征程宣传思想文化工作、担负起新的文化使命提供了强大思想武器和行动指南。

在习近平文化思想引领下，中华优秀传统文化的风骨神韵、革命文化的刚健激越、社会主义先进文化的繁荣兴盛在新时代伟大实践中融为一体，神州大地处处勃发着文化创新创造活力。

以文铸魂，文化自信更加坚定——

北京燕山山下，中国国家版本馆中央总馆掩映在青山茂林之中。中华文明历经沧桑留下的古老典籍，在此“藏之名山、

登高壮观天地间

传之后世”。

习近平总书记饱含深情的一番话犹在耳畔：“我们的文化在这里啊！是非常文明的、进步的、先进的。将来传下去，还要传五千年，还不止五千年。”

在对中华文明作出五个突出特性“精准画像”的基础上，习近平总书记深刻揭示中国共产党和中国人民文化自觉和文化自信的“内在基因”，指出“中华文明历经数千年而绵延不绝、迭遭忧患而经久不衰，这是人类文明的奇迹，也是我们自信的底气”。

如果没有中华五千年文明，哪里有什么中国特色？如果不是中国特色，哪有我们今天这么成功的中国特色社会主义道路？坚定文化自信，就是坚持走自己的路。

习近平总书记立足波澜壮阔的中华五千多年文明史，创造性提出“第二个结合”，让中国特色社会主义道路有了更加广阔深远的历史纵深感，也为充分运用中华优秀传统文化宝贵资源探索面向未来的理论和制度创新开辟了广阔空间。

以文赋能，发展方向更加明确——

7月6日上午，正在江苏考察的习近平总书记，来到苏州古城东北隅的平江历史文化街区。

展板上，一幅刻制于南宋年间的《平江图》，清晰展示着古苏州的平面轮廓和街巷布局。如今的姑苏古城，依然与《平江图》里的整体布局基本一致，古老与现代在此交融共生，绘就一幅独特的江南水乡画卷。

“苏州在传统与现代的结合上做得很好，这里不仅有历史文化的传承，而且与高科技创新和高质量发展，代表未来的发展方向。”习近平总书记指出。

观乎人文，以化成天下。2023年全国两会期间，习近平总书记参加江苏代表团审议时，专门提出一个课题：“文化很发达的地方，经济照样走在前面，可以研究一下这里面的人文经济学。”

文化让经济拥有更深厚的底蕴，经济让文化创造更多元的价值。在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，各地不断推动中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展，在现代化道路中厚植人文底色，在人文与经济的良性互动中不断迈向高质量发展。

以文化人，精神伟力更加磅礴——

冬日，阳光铺洒在江苏盐城市建军东路新四军纪念馆，主展馆正门上方的“N4A”臂章图案分外醒目。弹孔累累的旗帜、锃亮的军号、满是补丁的军服……在这座全面反映新四军历史的综合性纪念馆，每一件静静陈列的文物，都是光辉历史的见证。

12月3日上午，习近平总书记在结束对上海的考察返京途中，专程来到这里参观。

“新四军的历史充分说明，民心向背决定着历史的选择，江山就是人民、人民就是江山。”习近平总书记说，“这是开展革命传统教育、爱国主义教育生动的教材，要用好这一教材，教育引导党员、干部传承发扬不怕困难、不畏艰险，勇于斗争、敢于胜利的精神，紧紧依靠人民，把强国建设、民族复兴伟业不断推向前进。”

没有先进文化的积极引领，没有人民精神世界的极大丰富，没有民族精神力量的不断增强，一个国家、一个民族不可能屹立于世界民族之林。

在习近平总书记引领推动下，以中华优秀传统文化、革命文化、社会主义先进文化培根铸魂、启智润心，中华民族伟大复兴汇聚起自信自强、勇毅前行的磅礴力量。

坚持人民至上——

“让现代化建设成果更多更公平惠及全体人民”

东北平原，银装素裹。

黑龙江尚志市老街基乡龙王庙村，厚厚的积雪映着袅袅炊烟。村民杨春贵家的砖房已整修一新，炉子里柴火噼啪作响，屋子里暖意融融。

2023年7月底8月初，华北、东北、黄淮等地出现极端降雨，引发洪涝和地质灾害。习近平总书记密切关注灾情，持续指导救灾工作。

9月初，总书记专程来到龙王庙村察看灾后恢复重建和群众的生活保障情况。从外屋转到里屋炕边，总书记把杨春贵家受损的房子里里外外仔细看了一遍，同他亲切交谈、嘘寒问暖。

房子热了，心里暖了。

这个冬天，从低温雨雪冰冻灾害，到甘肃积石山6.2级地震，习近平总书记时刻牵挂人民群众冷暖安危，第一时间作出重要指示，全面部署应急救援和灾后重建工作。

“我将无我，不负人民。”推进中国式现代化建设的征程上，中国共产党人初心如磐。

“现代化不仅要看纸面上的指标数据，更要看人民的幸福安康”——

11月29日，上海市闵行区新时代城市建设者管理者之家。新上海人郑岚子和母亲在租住的两室一厅里迎来习近平总书记。

“租金贵不贵？”“不贵，住得很舒服。”回答总书记的问题，郑岚子笑容灿烂，“感谢党和政府，让我在上海有了家。”

总书记又接连走进两间宿舍型租赁房，倾听护理员、保安等基层一线劳动者讲述追求美好生活的故事。

“城市不仅要有高度，更要有温度。”习近平总书记深情地说，要践行人民城市理念，不断满足人民群众对住房的多样化、多元

化需求，确保外来人口进得来、留得住、住得安、能成业。

中国式现代化是以人民为中心的现代化。

中央财经委员会第一次会议研究以人口高质量发展支撑中国式现代化问题，中央政治局第五次集体学习聚焦加快建设教育强国，中央政治局会议强调把稳就业提高到战略高度通盘考虑……

一年来，百姓的身边事、贴心事、具体事不断融入党和国家发展的顶层设计，现代化建设更好回应了人民群众各方面诉求和多层次需要。

“中国式现代化既要有城市的现代化，又要有农业农村现代化”——

广西来宾市国家现代农业产业园，万亩糖料蔗基地一望无垠。

半个多月前，正值甘蔗榨季，习近平总书记考察期间走进甘蔗林。蔗农霍佳丽兴奋地向总书记汇报，2023年种了10亩甘蔗，亩产7吨多，预计能收入近4万元。

“除了种甘蔗，平常还有其他收入吗？”“我和爱人农闲时在家附近的木板厂打工，一年能干10个月，每月能挣7000多元。”

“这么算下来，一年能有10多万了。”总书记欣慰地说，祝愿乡亲们的生活像甘蔗一样甜蜜！

一根甘蔗两头甜。习近平总书记又来到制糖企业了解甘蔗深加工情况，叮嘱大家：“农业生产布局关乎发展与安全，种植面积要稳定，品种、技术也要提高，把这个特色优势产业做强做大。”

乡村振兴，是习近平总书记始终关心的重点领域。

锚定建设农业强国目标，全面落实粮食安全党政同责，树立大农业观、大食物观，守住耕地这个命根子，强化科技和改革双轮驱动，确保不发生规模性返贫，提升乡村产业发展水平、乡村建设水平、乡村治理水平……

乡村振兴事关中国式现代化建设全局，习近平总书记从战略高度统筹谋划、科学推进。

2023年，我国粮食产量再创历史新高，连续9年稳定在1.3万亿斤以上，农民收入较快增长，农村社会和谐稳定，广大乡村展现一幅幅新景象。

“让各族人民实实在在感受到推进共同富裕在行动、在身边”——

浙江，高质量发展建设共同富裕示范区。9月20日，习近平总书记浙江考察的第一站义乌市后宅街道李祖村是共同富裕示范村。

村广场“共富市集”上，“90后”返乡大学生方天宁告诉总书记，自己发动30多名村民编织竹篮，可为他们每人每月增收2000元左右。

习近平总书记高兴地说，乡亲们要努力奋斗，一起奔向共同富裕的美好明天。

奔向共同富裕，从推动协调发展解决区域发展不平衡问题，到进一步健全城乡融合发展体制机制，总书记指明方向路径。

中国式现代化是全体人民共同富裕的现代化。

“从全国来看，推动全体人民共同富裕，最艰巨的任务在一些边疆民族地区。这些边疆民族地区在走向共同富裕的道路上不能掉队。”

“确保老区人民共享改革发展成果，过上幸福生活，是推进全体人民共同富裕的底线任务。”

庄严承诺，矢志不渝。

“中国共产党没有自己的私利，执政就是为人民服务，就是让人民群众幸福起来。”习近平总书记道出人民至上的真谛。

携手开创未来——

“努力以中国式现代化新成就为世界发展提供新机遇”

环顾全球，世界之变、时代之变、历史之变正以前所未有的方式展开，世界进入新的动荡变革期。新的征程，新的使命，中国特色大国外交肩负更加积极主动的历史担当。

一年来，习近平总书记4次出访，在国内数十次会晤到访的各国各界人士，主持或出席中国—中亚峰会、第三届“一带一路”国际合作高峰论坛等主场外交活动，并在年底举行的中央外事工作会议上对当前和今后一个时期的对外工作进行了全面部署。

把握大势，开创新局面——

“你的访问开启了中洪关系新的历史篇章。”2023年6月12日，习近平总书记热情迎接首度访华的洪都拉斯总统卡斯特罗。

3月，在习近平总书记亲自关心下，中国同洪都拉斯签署中洪建交公报。至此，中国已同182个国家建立外交关系，朋友圈再次扩大。

备受关注的“一来一往”，彰显经受住风浪考验的中俄关系：

3月，再次当选国家主席后，习近平总书记首次来到俄罗斯，拉开2023年元首外交新帷幕。10月，俄罗斯总统普京来华出席第三届“一带一路”国际合作高峰论坛，习近平总书记说：“2013年至今的十年里，我们先后42次会晤，建立了良好的工作关系和深厚友谊。”

“双方坚持在不结盟、不对抗、不针对第三方原则基础上巩固和发展双边关系，树立了新型大国关系典范。”面对瞬息万变的国际形势，中俄两国永做好邻居、好朋友、好伙伴的意愿坚定不移。

举世瞩目的元首会晤，凸显做好“最大发展中国家与最大发达国家如何正确相处”必答题的责任担当：

一段时间以来，由于美方在落实巴厘岛共识上出现严重“行动赤字”，导致中美关系出现新的困难。新的历史时期，中美关系去向何方？

11月15日，旧金山斐洛里庄园，中美元首会晤。会谈、午宴、散步，全程使用同传，两国元首扎扎实实谈了4个小时。午宴前，美国总统拜登特地向习近平总书记展示了手机里的一张照片。那是1985年任正定县委书记时，习近平同志到旧金山访问在金門大桥前的留影。“您一点都没变！”拜登总统说。现场响起一阵轻松愉快的笑声。

“我和总统先生是中美关系的掌舵者，对人民、对世界、对历史都担负着沉甸甸的责任。”习近平总书记道出中美两国合则两利、斗则两伤的历史和现实逻辑。

“共同树立正确认知”“共同有效管控分歧”“共同推进互利合作”……在历史关头，习近平总书记推动中美关系稳下来、好起来。

意味深长的特殊安排，体现推动不同文明交流互鉴的中国智慧：

4月7日，习近平总书记同法国总统马克龙在广州举行非正式会晤。古琴演奏《流水》余韵悠长，深深打动了马克龙。马克龙现场询问乐曲名称，并请工作人员记录下来。

相知无远近，万里尚为邻。

这一年，习近平总书记同欧方领导人频密互动，明确指出，在当前动荡加剧的国际形势下，中欧关系具有战略意义和世界影响。

同各国政党领袖“云”聚一堂，接受南非总统拉马福萨授予的“南非勋章”、同越共中央总书记阮富仲手拉手并肩迈步……走过2023年，在元首外交引领下，中国广交深交朋友，不断书写互利合作、相互成就的新篇章。

胸怀天下，共享发展繁荣——

“我们追求的不是中国独善其身的现代化，而是期待同广大发展中国家在内的各国一道，共同实现现代化。”

10月举行的第三届“一带一路”国际合作高峰论坛上，习近平总书记提出“推动实现世界各国的现代化”，赢得广泛共鸣。

“我必须来！”联合国秘书长古特雷斯连续三次来华出席“一带一路”国际合作高峰论坛。10年来，在习近平总书记亲自谋划、亲自部署、亲自推动下，在各方的共同努力下，共建“一带一路”从中国倡议走向国际实践，为世界经济增长开辟了新空间。

中国走向印尼共建万高铁，让东南亚有了高速铁路；中老铁路助力老挝实现从“陆锁国”到“陆联国”；中欧班列1月至11月累计开行16145列……“共建‘一带一路’源自中国，成果和机遇属于世界”，习近平总书记的讲话，彰显“为天下谋大同”的大国胸襟。

立己达人。中国始终把中国人民利益同各国人民共同利益紧密相系——

5月初夏，古都西安，中国—中亚峰会，党的二十大之后首场重大主场外交活动。习近平总书记同中亚五国元首种下6棵寄托着美好期待的石榴树，共同展望明天；

7月盛夏，成都大运会。青春盛会上，习近平总书记表示“以团结的姿态应对全球性挑战”；

9月仲秋，杭州亚运会。习近平总书记宣示“以体育促和平”“以体育促团结”“以体育促包容”……

国际媒体评论，2023年是属于中国的“盛会之年”。中国以实际行动，推动经济全球化更加开放、包容、普惠、平衡、共赢。

博鳌亚洲论坛，发出“团结合作迎挑战，开放包容促发展”强音；新冠疫情之后，进博会首次全面恢复线下办展；举办首届链博会，为维护全球产业链供应链安全稳定主动担当……

在世界经济低迷背景下，中国仍是促进全球发展的“主引擎”。

应变解困，彰显大国担当——

11月21日，金砖国家领导人一场“云聚首”牵动世人目光。彼时，新一轮巴以冲突已造成上万人伤亡，民众祈盼止战与持久和平。

“中方呼吁尽快召开更具权威性的国际和会，凝聚国际促和共识……”习近平总书记提出停火止战等主张，以正义之声、和平之声为动荡的世界注入希望。

这一年，越来越多中国智慧、中国理念、中国贡献在国际舞台上展现光彩——是中国，成功促成沙特、伊朗在北京对话并恢复外交关系；是中国，和其他金砖国家一道，积极推进金砖扩员；是中国，在11月主持安理会巴以问题高级别会议……

“不搞意识形态对立，不搞地缘政治博弈，也不搞集团政治对抗”“让世界文明百花园姹紫嫣红、生机盎然”……中国式现代化带给世界的是和平而非动荡，是机遇而非威胁。不论新朋友还是老友、远亲还是近邻，发展中国家还是发达国家，有目共睹。

“支持习近平主席提出的系列全球倡议”“愿同中方密切在联合国、金砖机制等多边框架内的沟通协作”……外国政要在不同场合纷纷表达赞许和钦佩之情。

在世界处于十字路口的重要关头，习近平总书记提出的构建人类命运共同体理念和全球发展倡议、全球安全倡议、全球文明倡议，在国际社会上愈加显示出强大的影响力、感召力、引领力。

大道如砥，壮阔无垠。

2024年，新中国成立75周年，全国人民代表大会成立70周年，实施“十四五”规划进入关键一年，推进中国式现代化建设任务艰巨，前景壮阔。让我们更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，坚定信心、团结奋斗，爬坡过坎、攻坚克难，坚定不移朝着强国建设、民族复兴的宏伟目标奋勇前进！

（记者张旭东 张晓松 赵超 林晖 朱基钗 安晋 孙奕）（新华社北京1月1日电）

公告

下列人员申请坐落兴华街团结路（鹤海嘉园）的不动产登记：

丛佳彬，2号楼4单元6层西；武凌峰，7号楼西至东1单元6层东；谢宝杰，3号楼3单元6层东；杨立宇，2号楼3单元5层东；张雨林，3号楼2单元5层东；田春，2号楼4单元3层东；于秀香，14号楼6单元6层西；常颖，2号楼7单元3层东；王云鹏，3号楼4单元6层西；张婷婷，3号楼1单元5层西；张雷，4号楼2单元6层西；高万林，2号楼3单元4楼西；孙晶，6号楼西至东2单元6层东；彦春雨，3号楼7单元3层东；张浩峰，2号楼4单元4层西；田丽红，7号楼西至东1单元4层西；屈晓雪，3号楼5单元4层西；郎延林，3号楼6单元4层东；姜波，3号楼1单元6楼西；张桂玲，14号楼1单元2层西；刘洋，3号楼7单元4层东；周斌，3号楼6单元3层东；牛彦东，2号楼4单元5层西；张中喜，4号楼1单元3层东；景月，7号楼西至东1单元5层西；高鑫龙，8号楼2单元4层西；王丹，4号楼6单元6层东；李微，8号楼1单元2层西；杨艳彪，2号楼7单元6层西；李晓飞，14号楼1-1单元4层；白丽媛，14号楼1-1单元5层；李晓飞，3号楼5单元2层东；白丽媛，4号楼8单元2层东；王宁，

14号楼1单元5层东；刘权，15号楼2单元6层西；张国林，15号楼8单元4层东；张永吉，2号楼5单元6层西；刘杨，6号楼西至东6单元5层东；王绍玉，7号楼西至东4单元6层东；王妍，4号楼4单元6层东；徐中岩，7号楼西至东1单元6层西；侯锋，4号楼6单元4层东；张福琴，14号楼1单元4层西；刘欢，3号楼4单元3层西；孙贵雨，4号楼4单元4层西；曲成有，8号楼5单元6层东；管桂红，6号楼西至东4单元6层西；佟春龙，4号楼3单元6层东；高洪涛，6号楼南侧东至西第11门车库；付洪梅，3号楼1单元2层东；崔贵，6号楼西至东3单元6层东；谷越，3号楼8单元4层东；赵万吉，9号楼南侧东至西第9门车库；杨磊，6号楼西至东6单元6层西；张元军，7号楼西至东6单元6层东。

按照县政府一次性处理无籍房文件要求，拟办理住戶不动产登记。

与此相关权利人对此公告有异议的，应在公告之日起15个工作日内向通榆县不动产登记中心提出异议申请，逾期不提出异议申请的，将按无籍房管理有关政策，给予办理不动产登记。

通榆县瓊閣房地产开发有限公司

2024年1月2日

嘴上起水泡 这可不是上火

医生：可能是单纯疱疹病毒在作怪

很多人都经历过一早起来，发现嘴角竟然冒出了几个烦人的小水泡。常见的想法可能是“这是上火了”。但其实，这背后可能隐藏着一种被广泛误解的健康问题——单纯疱疹病毒（HSV-1）。

在生活中，不少人将口腔出现的小水泡归咎于上火或不当饮食，然而，真相可能并非如此简单。单纯疱疹是一种常见但经常被忽视的病毒性疾病，其症状和表现远比“上火”复杂。那这些小水泡究竟是怎么回事？单纯疱疹又是什么？它与人们日常所说的“上火”有何不同？

单纯疱疹，听起来可能有些陌生，但其实它悄悄藏在日常生活中。很多人某天早上醒来，发现嘴角或嘴唇上出现了小水泡，可能还伴有轻微的瘙痒或刺痛感。很多人第一反应可能是“上火了”，但实际

上，这可能是单纯疱疹病毒在作怪。这种病毒非常普遍，有研究显示全球大约有67%的人口在50岁以下时就已感染单纯疱疹病毒。一旦感染，病毒就会在体内“潜伏”，在某些条件下重新激活，这就是为什么有些人会反复出现口腔水泡。它并不是因为体内“火气大”，而是一种常见的病毒感染。单纯疱疹的特点是周期性发作，比如在压力大、疲劳或者免疫力下降的时候更容易出现。除了嘴唇，它还可能出现在脸部其他部位，甚至是眼睛周围，这就需要特别注意，因为眼部疱疹可能会对视力造成威胁。除了嘴上起水泡这些局部症状外，单纯疱疹在某些情况下还可能导致发热和全身不适。这反映了身体正在与病毒作斗争，尤其是在初次感染时更为常见。感染者可能会经历头痛、肌肉疼痛，甚至

淋巴结肿大，特别是在颈部区域。值得注意的是，单纯疱疹的临床表现因人而异。有些人可能感觉症状较轻，而另一些人则可能经历更明显的不适。而且，单纯疱疹是一种周期性疾病，它可能在一段时间内处于休眠状态，随后在免疫力下降或遭受压力时重新活跃。因此，理解和认识这些症状对于及时诊断和处理至关重要。虽然目前还没有根治单纯疱疹的方法，但是适当地治疗可以大大减轻症状，缩短发作时间。更重要的是，了解这个病毒，知道它不仅仅是“上火”的表现，能够帮助人们更好地应对，减少不必要的焦虑。在日常生活中，保持良好的卫生习惯，如勤洗手，避免与患者共用餐具等，可以有效预防病毒的传播。

（未完待续）
（白城市卫生健康委员会供稿）