

“最后的胜利”在于再坚持的努力之中

——北京战“疫”焦点观察

新华社记者 乌梦达 侠克 鲁畅

疫情就是命令！4月22日再现疫情后，北京坚持以快制快、严防死守，落实更快更严阻断疫情传播的一揽子措施。当前北京聚集性疫情和零星散发病例交织，局部地区和重点人群仍有感染传播风险。疫情防控处于胶着状态，“最后的胜利”就在于再坚持的努力之中。

1 所有市民按要求管住、管好自己是清零的基础

回顾本轮疫情，奥密克戎毒株来势凶猛，快速、隐匿性传播特点明显。目前在部分区的区域核酸筛查中，仍然发现社会面未管控病例，说明存在一定程度的隐匿传播风险，疫情形势严峻复杂。

北京市疾控中心副主任刘峻峰介绍，考虑到经济运行和民生保障，只是在疫情比较严重的区域采取管控措施，大部分区域依然实行常态化管理，保持了一定的人员流动性，尽可能降低对经

济和居民生活的影响，但这也同时加大了疫情防控难度，出现隐匿病例跨区域流动引发的疫情。

基于奥密克戎毒株的特点，感染者在疾病早期多数症状轻微，不容易引起警觉，只能通过主动核酸筛查才能及早发现。因此，只有每个人按要求把自己管住、管好，守好自己一家的门、规范自己的行为，才能在全社会形成责任共同体，筑起抗击疫情的铁壁铜墙，巩固来之不易的疫情防控成果，帮助城市尽快

实现动态清零。

现实中不乏反面的例子。北京市公安局副局长潘绪宏表示，隐瞒行程、不配合流调、不遵守隔离规定的行为屡屡在疫情防控网上“开口子”，严重干扰疫情防控。

中铁十一局三公司某项目聚集性疫情中，乙方施工负责人刘某某等人，隐瞒编造行程，违规解除健康宝弹窗，使本应被隔离管控的风险人员，在社会面长时间、大范围跨区域活动。刘某

某等25人中，20人确诊，造成至少21处点位被封控，900余人被隔离。

北京市海淀区区委常委、宣传部部长肖丹23日介绍，近日，海淀区海淀街道友谊社区连续检出19例阳性人员，与多个家庭之间的聚会和聚集性娱乐活动有关。

刘峻峰表示：“居家也是抗疫，坚持就是胜利，严格遵守居家办公防疫要求，对自己和家人健康负责，为疫情防控贡献力量。”

2 “社区+单位”共同发力

为了让社会面进一步“静下来”“慢下来”，近期北京多个区开始实施提级管控措施。其中规定，在全市划定的居家办公区域内工作或居住的人员，除承担防疫任务、城市运行、公共服务人员外，实行居家办公。实行居家办公区域内的单位，确需到岗的，按照不高于30%

控制到岗率，到岗人员相对固定，实行单位居住地“点对点”闭环管理。这些措施需要社区和单位来共同落实。

面对这一轮奥密克戎疫情，仍存在部分单位、企业履行“四方责任”不到位等问题，加剧了疫情传播风险，导致出现多起聚集性疫情。

5月4日北京市顺义区疫情防控组行业组就发布通知，要求在朝阳区居住在顺义区上班的，统一按照要求居家办公。但北京农商行空港办公区接到通知后在5月5日至7日，每日仍分别有76人、73人、66人自朝阳区顺义上班，结果导致聚集性疫情。

加快实现动态清零，需要“社区+单位”共同发力。所有驻区单位在落实“四方责任”的基础上，要扛起清零责任。要成立防疫专班，由一把手直接负责，不仅要配合属地防疫管理，同时要建立严密、严格的管理和动员机制，并建立相应的应急预案。

3 迅速完善依法抗疫的保障体系

部分专家和基层干部表示，维持抗疫秩序、消除不确定性，是打赢本轮疫情防控阻击战的关键。这就需要迅速完善依法抗疫保障体系，杜绝“任性”、瞒报、造假、欺诈等行为。

核酸检测是战“疫”链条的关键一环。要持续聚焦重点人群、重点区域，高质量推进核酸筛查。各区应根据区域人口规模与分布、人员流动等因素，

加快核酸采样点的布设完善工作，高标准设计、高质量打造步行15分钟核酸“采样圈”。

日前，一核酸检测点正在使用的样本保存液超过保质期，北京市丰台区市场监督管理局对其依法予以处罚。此前，北京朴石医学检验实验室有限公司原始检测数据明显少于样本检测数量，已被房山区卫生健康委员

会吊销《医疗机构执业许可证》。实验室实控人、法人等被依法采取刑事强制措施。

疫情防控环环相扣，人人有责。流调分析发现，有病例近期一直未参加核酸筛查，这种“任性”也增加了疫情防控不确定性。

疫情防控，容不得谣言干扰。近期，一名犯罪嫌疑人因造谣“北京新发

地市场要封控”被查获，其对为吸引眼球、博取他人关注，编造不实信息的违法犯罪事实供认不讳。

针对各类机构、个人的不法行为，在依法严惩的基础上进一步完善依法抗疫保障体系，加强监督检查和开展打假行动，杜绝相关案件和行为的发生。多管齐下，落细落实，才能尽快迎来“最后的胜利”。

美国儿童新冠感染人数连续6周上升 单周增幅超10万

新华社洛杉矶电（记者 谭晶晶）美国儿科学会和儿童医院协会23日发布的最新报告显示，截至5月19日的一周，美国新增儿童新冠确诊病例数超过10.7万例，与两周前相比增幅达72%。自新冠疫情暴发以来，美国累计已有近1330万名儿童确诊感染新冠病毒。

近期美国新增儿童确诊病例数快速上升。报告显示，截至19日的一周，美国新增儿童新冠确诊病例107140例，已是连续第6周出现上升；过去4周美国新增儿童新冠确诊病例数超过31.6万例，今年以来新增儿童确诊病例近540万例。

美国各地对儿童年龄的界定不尽相同，大部分州将儿童年龄定为0岁至19岁。美国儿科学会表示，目前迫切需要收集更多各年龄段的疫情数据，以评估变异新冠病毒导致疾病的严重程度及对儿童健康的长期潜在影响。

近期，全美范围内新冠确诊病例数、住院病例数再次显著上升。美国疾病控制和预防中心数据显示，美国7天平均日新增新冠确诊病例数自4月初开始持续上升，从约2.5万例升至目前的约10.5万例。截至22日的一周，平均日新增住院病例数约3000例，较前一周上升15.6%。

美国得克萨斯州一小学 发生枪击事件致15人死亡

新华社休斯敦电 美国得克萨斯州州长阿伯特24日说，得克萨斯州南部尤瓦尔迪市一所小学当天发生枪击事件，造成14名学生和1名教师死亡。

阿伯特当天在新闻发布会上说，枪手是一名18岁当地男子，已经死亡。阿伯特表示，枪手很可能是被警方击毙的，事件目前在调查中。

美国近日枪击事件频发。本月14日，纽约州布法罗市一家超市发生枪击事件，造成至少10人死亡、3人受伤。15日，得克萨斯州最大城市休斯敦一处跳蚤市场发生枪击事件，造成2人死亡、3人重伤。同日，加利福尼亚州奥兰治县一个教堂发生枪击事件，造成1人死亡、5人受伤。

朝鲜向朝鲜半岛东部海域 方向发射3枚弹道导弹

新华社首尔电（记者 陆睿 孙一然）韩国联合参谋本部25日说，朝鲜当天向朝鲜半岛东部海域方向发射3枚弹道导弹。

韩国联合参谋本部当天通过短信向媒体发布消息说，3枚导弹先后于当地时间6时（北京时间5时）、6时37分和6时42分从朝鲜平壤顺安一带发射。短信未提及更多具体信息。

据韩联社报道，韩国军方正对3枚导弹的射程和高度等相关参数进行分析。

另据韩国总统府消息，韩国总统尹锡悦当天7时30分主持召开国家安保会议，讨论朝鲜发射导弹问题。

本月以来，韩国军方曾先后于4日、7日和12日说，朝鲜向朝鲜半岛东部海域方向分别发射了一枚弹道导弹、一枚疑似为潜射弹道导弹的短程弹道导弹和3枚短程弹道导弹。

匈牙利新一届政府宣誓就职



5月24日，在匈牙利布达佩斯国会大厦，匈牙利新一届政府部长宣誓就职。

匈牙利新政府部长24日在国会大厦宣誓就职，标志着匈牙利新一届政府正式成立。匈牙利新一届政府由包括总理欧尔班在内的15名成员组成。

新华社发（弗尔季·奥蒂洛 摄）

墨西哥中部发生 武装分子袭击事件

新华社墨西哥城电（记者 朱雨博 吴昊）据墨西哥媒体24日报道，墨中部瓜纳华托州塞拉亚市23日发生一起武装分子袭击事件，造成至少11人死亡。

报道说，一群武装分子23日晚袭击了塞拉亚市一家酒店和邻近酒吧，他们开枪向人群射击并投掷燃烧瓶，造成至少11人死亡，另有多人受伤。

瓜纳华托州内政厅厅长利比亚·加西亚24日通过社交媒体谴责这起袭击事件，并表示将与当地政府各部门密切合作，及时采取后续行动。

目前袭击者身份尚未确定。据当地媒体报道，袭击事件可能与墨西哥犯罪团伙间的争端有关。

瓜纳华托州是墨西哥著名旅游胜地，近年来安全事件频发。墨西哥政府数据显示，2021年该州共有3500余人被杀。

马上高考了，这份指南送给考生

新华社记者 郑天虹

距离2022年高考还有13天。在将近两周时间里，如何做好考前疫情防控？考前心态、饮食、健康等方面如何调整？最后的备考该注意什么？记者采访了相关专家，给考生梳理一份备考指南。

【做好14天监测】

全国多地高考将于6月7日-8日举行。根据教育部此前要求，考生应做好考前连续14天本地健康监测，减少不必要的聚集和跨区域流动，不到人群流动性较大场所、不前往中高风险等级地区等。

“疫情下的高考备考，要按照指引，做足措施，科学防疫。备考期间，考生要保持学校与家两点一线的生活状态，戴好口罩，保持社交距离，勤洗手；配合学校做好核酸检测，及时申报14天个人健康情况和行动轨迹；与家人一起减少社交，管理好自己的健康码和行程码。外地考生须及时赶回高考报名所在地市。”华南师范大学附属中学校长姚训琪说。

【科学作息】

除了注意个人防护之外，科学合理的作息是健康的保证。广州市第五中学高三年级组长程焱亚建议，考生要保持充足的睡眠，不开“夜车”。考生日常复习的内容安排，可考虑跟高考考试科目时间保持一致，尽量把最佳生物钟调整到上午9点至11点30分，下午3点至5点的时间段。

【饮食均衡】

饮食常态化，兼顾营养，切忌大补。多位备考专家提示，考前的饮食不需要额外吃补品或保健品，保持日常的均衡营养即可；可清淡饮食，尽量少吃一些含脂肪高的油炸类食品或者是辛辣食品，以免上火或腹泻；多喝水，少喝饮料，避免肠胃不适带来身体负担。

具体到一日三餐，考生早餐可选择谷类、面食、蛋奶、水果等，午餐晚餐的食物可以多样化，包括富含优质蛋白质的鱼虾、瘦肉、鸡蛋、牛奶、豆腐等，适当搭配蔬菜水果，夜晚可以少量加餐，切忌总量大大增加肠胃负担而影响睡眠。

【备考回归基础】

到了最后的备考阶段，考生该复习些什么呢？姚训琪建议，题量要减下来，回归基础，回归课本。

“最后两周到了收官阶段，考生要把备考状态调整到‘巅峰’状态。从题海中抬头，自主地有针对性进行一个知识盲区的扫描，切忌眉毛胡子一把抓，各科试卷满天飞。到这个阶段一定要从基础开始，梳理核心知识体系，再回归基础。”程焱亚说。

【平常心应考】

最后两周是学生容易出现心理波动的时候，心理调整非常重要。要怀着“平常心”去应对高考。要尝试着跳出高考来看高考，高考只是人生道路

上的一个经历，而不是终点，要有合理的期望值。

学习之余，可以适当通过运动、音乐和阅读来调节心情。广东实验中学越秀学校老师李明说，运动可以稳定心率，释放压力，更有助于睡眠，让人头脑更清醒，建议考生傍晚跑步出汗即可，不要太过激烈；一首和你产生共鸣的轻音乐，能帮助你放松，帮助你更有信心；在每天的头脑风暴、题海遨游后，一本散文集或诗词集会让你脑海中的世外桃源，会帮助改善你的大脑，也会提高写作的灵感。

当高考遇上生理期，有些家长会让孩子服用药物来人为避免。相关专家表示，一个身体的状态波动并不足以影响考场上的能力发挥，因为考生的应考水平、能力经过长年累月大量的训练和知识的储备，已经具备了非常稳定的输出。相反，心理的调整超越生理的应对。如果额外用药物等强行干预，反而会适得其反，甚至会增大考生的心理压力。

“高考的价值在于我们用青春真正投入的过程，重在过程，不是结果。全力以赴，问心无愧，把努力留给自己，用努力求得最好的结果。”程焱亚说。

【应对极端天气】

气象部门预测，高考时间，北方高温、南方降雨的可能性较大。考生要注意防暑降温，对极端天气做好充足准备，选择适当的出行路线和交通工具，带齐雨具，预留足够的路上时间，出现任何问题，及时向有关部门求助。

做好14天监测

根据教育部此前要求，考生应做好考前连续14天本地健康监测，减少不必要的聚集和跨区域流动，不到人群流动性较大场所、不前往中高风险等级地区等

科学作息

考生要保持充足的睡眠，不开“夜车”考生日常复习的内容安排，可考虑跟高考考试科目时间保持一致，尽量把最佳生物钟调整到上午9点至11点30分，下午3点至5点的时间段

饮食均衡

考前的饮食不需要额外吃补品或保健品，保持日常的均衡营养即可；可清淡饮食，尽量少吃一些含脂肪高的油炸类食品或者是辛辣食品，以免上火或腹泻；多喝水，少喝饮料，避免肠胃不适带来身体负担

备考回归基础

题量要减下来，回归基础，回归课本

平常心应考

要尝试着跳出高考来看高考，高考只是人生道路上的一个经历，而不是终点，要有合理的期望值学习之余，可以适当通过运动、音乐和阅读来调节心情

应对极端天气

考生要注意防暑降温，对极端天气做好充足准备，选择适当的出行路线和交通工具，带齐雨具，预留足够的路上时间，出现任何问题，及时向有关部门求助