

## 大众关注

## 听医生的话 流感不可怕

□记者 姜琰 周峰华

天气寒冷，气温逐渐降低，呼吸道传染病高发，流感进入季节性流行期，但市民也不必过度担心。“现在离春节越来越近了，孩子们也都快要回来了，可感冒的人不少。”市民王奶奶诉说了自己的苦恼，前几天朋友跟她提起买些预防流感的药放家里备用，她有些心动，但又犹豫不决。记者走访了多家药店、医院及疾控部门，为王奶奶解疑释惑。

“目前，奥司他韦店里有货，市民可以随时买到。”在市人民南路一家药店，正在忙碌的店员给记者作了解答，如果市民需要，随时可以来买，不需要担心买不到。药店不仅有适合儿童吃的颗粒冲剂，也有胶囊，可以满足不同人群需求。“需要买奥司他韦吗？店里有货。”在市区一家连锁药店，得知记者想买奥司他韦，店员表示药品还是充足的，大家不必过度担心而囤药，并且还给记者详细介绍了如何正确服用。

“防患于未然，正确防范很重

要。”盐城市疾病预防控制中心急传科科长徐士林对大家近期关注度较高的流感，做出了详细的科普。流感，是一种由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，流感患者及隐性感染者为主要传染源，从潜伏期末到出现症状后的急性期都有传染性。流感病毒传染性强，传播速度快，主要在人多拥挤的密闭环境中经空气或飞沫传播，也可通过口腔、鼻腔等直接或间接接触患者的分泌物而传播。

“全人群普遍对流感病毒易感，老人和孩子要特别注意。”徐士林介绍。老年人、孕妇、婴幼儿和慢性病患者感染风险高，戴口罩是预防呼吸道传染病十分重要的措施，除此之外，勤洗手、少聚集、勤通风、打疫苗、增强体质等都可以有效预防流感。

记者接连走访了市内多家医院，相关药物的存量充足。“医院奥司他韦药品很充足，不需要囤药。”市第三人民医院急诊科副主任李全业说，不要担心药品存量问题。他告诉记者，近期我市流感主要为“甲型流感”，甲流与普通感冒相比，传

染性强，症状也更严重，患者表现为高烧、头痛、乏力，并伴有全身肌肉酸痛等。除此以外，甲流虽有一定自限性，但容易引起其他并发症，包括肺炎、中耳炎、心肌炎、脑膜炎等严重并发症。对于甲流患者，建议发病48小时内口服抗病毒药物，可缓解病程，减少并发症发生，同时予以对症治疗，主要包括：发病期间出现高热，可以应用退热药物治疗；如有咳嗽、咳痰等症状，可应用止咳、化痰类药物处理；有基础性疾病的，要注意基础病管理。

“奥司他韦和玛巴洛沙韦两种药都可以用来治疗‘甲流’和‘乙流’，到底有何区别？”针对上述大家比较关注的问题，李全业做了详细解答。两种药的主要区别在于：奥司他韦能用流感的预防，玛巴洛沙韦则不能；两种药的作用机制不一样，奥司他韦主要是抑制病毒从细胞内释放，而玛巴洛沙韦则是抑制病毒复制；两者的半衰期也不一样，奥司他韦半衰期比较短，一天要吃两次，玛巴洛沙韦半衰期比较长，

吃一次管好几天。同时，奥司他韦可用于婴幼儿、孕妇及哺乳期妇女，玛巴洛沙韦则不建议应用。“当然具体要用哪种药，还是要咨询医生，遵医嘱。”李全业强调。

李全业还告诉大家，流感起病要满足两个条件：一是感染源，飘浮于空气中的流感病毒，多是由流感患者传递。二是人体免疫系统抵抗力下降，飘浮于空中的感染源想要通过上呼吸道侵入人体内部，必须经过鼻毛、鼻腔黏液、消化道黏膜等免疫系统设置的重重关口，在正常工作的免疫系统面前可谓难于上青天，只有因受凉、过度劳累等情况出现免疫力下降的时候，病毒才有机可乘。大家保持良好的心态，平时注重防护及个人卫生，加强疫苗接种。只要身体免疫状态是正常的，即便感染了病毒，重症的风险也会大大降低。值得一提的是，由于患者的身体及疾病症状有差异，大家应根据实际情况合理选用药品。如患者自行无法用药或用药效果不佳时，应尽快前往医院就医。

## 把更多优质文化产品奉献给人民

□记者 赵亮

物质富足、精神富有是社会主义现代化的根本要求。新时代的青年拥有优越的物质发展环境，同时也不断追求着更为丰富的精神世界。如何更好地满足新时代青年的精神需求，成了社会关注的焦点。

1月15日，记者从市文广旅局了解到，为进一步丰富优质文化产品供给，创新多元化消费场景、提质扩容文旅消费服务，2025年元旦、春节期间，我市诸多院团及各类文博场馆精心准备了300余场丰富多彩的文化惠民活动，涵盖文化艺术、群众文化、文博展览等领域，既有大型户外贺新春节目表演，也有馆藏革命文物印章首发亮相；既有经典传统淮剧名段演唱会，也有非遗文创市集、舞龙舞狮等多样民俗表演活动。

这当中，有些热门活动不容错过。譬如，盐城市博物馆推出“汉·无极——马王堆汉代文物精品展”，新四军纪念馆推出“将优秀作品奉献给人民”书法展，中国海盐博物馆推出“春光画桃符 博物添新意”社教活动，黄海湿地博物馆推出湿地主题跨年活动，盐城市美术馆推出“灵启新·年趣盐美”主题文化活动。

景区方面，大洋湾生态旅游景区推出“灯火里的非遗年”，荷兰花海推出“新春游园灯会”，丹顶鹤湿

地生态旅游区推出“巴蜀如意·鹤新年”，中华麋鹿园推出“探秘世遗境 玩转麋鹿家园”等主题活动。

此外，相关部门还推出文博场馆延长开放、发放文旅消费券、公益讲解服务、免费交通服务等惠民措施“大礼包”，助力冬日文旅市场持续火热。优质文旅产品供给承载了广大群众对家庭团聚、幸福安康的期盼，也是全民休闲、提振消费的大好契机。

增强文化自信、增加优质供给，我市一刻未曾停歇。近年来，盐城围绕“既要富口袋，也要富脑袋”，坚定不移地贯彻创新、协调、绿色、开放、共享的新发展理念，聚精会神搞建设，一心一意谋发展，全面提升发展的质量效益，夯实物质基础。同时，积极传承弘扬中华优秀传统文化、红色文化、社会主义先进文化，加强高品质文化供给，健全现代公共文化服务体系，不断丰富群众精神文化生活。

坚持守正创新、推动融合发展，加快提质增效。2024年，盐城继“日出海湾”“盐·加利福尼亚鹤”之后，继续打响“Nice 盐城”“黄海一号公路”“湿地红了”等文旅IP。成功举办全省“家门口看大展”盐城首展及启动仪式，组织开展“群芳谱·百团大战”盐城市优秀群众文化团队节目展演”等各类群文活动5502场，线上线下累计服务超千万人次。



1月16日，市民在盐城市博物馆参观。记者 韩宗明 摄

值得一提的是，随着舞台艺术进入繁荣发展的新时代，全市涌现出众多兼具思想性、艺术性、市场性，广受群众喜爱和专家好评的精品剧目，社会效益和市场效益双丰收。比如，市文化艺术中心精心挑选并引进中国交响乐团、国家京剧院、圣彼得堡国立交响乐团等国内外众多顶尖艺术团体，将舞剧《只此青绿》、话剧《四世同堂》《雷雨》《白鹿原》、歌剧《江姐》等经典剧目带到盐城，创造了多个票房纪录。这些顶尖艺术团体和剧目不仅丰富了盐城人的文化艺术生活，也极大地提升了剧院知名度和影响力。

能不能多引进此类剧目？“其实，我们的服务后台收到过观众留言，要求点播精品剧目。但受成本和档期等因素影响，未能全部实现。”市文化艺术中心负责人高国辉在接受采访时表示，“针对观众需求，已主动布局好相关工作，2025年将适时引进一批自带流量和话题的热门剧目，包括年轻喜欢的音乐剧、舞剧、话剧、儿童剧、脱口秀以及带有悬疑的戏剧。目前，荣获文华奖的爆款舞剧《永不消逝的电波》来盐演出的档期基本确定。今后，我们也将不断推出思想精深、艺术精湛、制作精良的优质文化产品。”

## 平价澡堂成老年人冬日“刚需” 优化养老服务还有上升空间

□记者 宋晓华

提到澡堂，很多老盐城人会感到十分亲切。宽敞的大水池、雾气腾腾的淋浴间、哗啦作响的敲背声、聊着各种家常话题的休息室……这些元素共同构成了许多老盐城人关于温暖与放松的记忆。这样的烟火气，如今却很少见了。记者调查发现，老城区的老澡堂所剩无几，城南更难找到平价澡堂，不少居民对此念念不忘。洗澡这件小事，对于老人来说，成为绕不过去的难题，市民希望政府推出更多的养老服务，打造惠民“夕阳红”。

1月7日下午5时许，在位于市区黄海中路的于家浴室休息区，刚刚沐浴过的市民孙爹爹和老邻居王爹爹聊着家常。“我年轻时就在这洗，感情深得很。”今年74岁的孙爹爹似乎在炫耀着自己的坚持，“我打车也要来，每周两三趟。”此前孙爹爹住在离浴室不远的公园新村，前几年拆迁后，他搬到了

城南居住，但无论有多远，他仍然忘不了澡堂情结。午饭后来泡个澡，消磨半天时光，已成为他生活中的一部分。在这里，孙爹爹与之前的老人邻居相约，泡澡之余还可以品茶、叙旧、对弈，享受着如同家庭聚会般的温馨氛围。

记者走访了解到，在老城区，像这样的平价澡堂还有不少。解放北路的星河浴室、工农路的鸿基浴室、县前路的盐城浴室等仍然保持着普浴10元以内的票价。而城南的平价澡堂却很难寻到，绝大多数澡堂票价超过了10元。

“我听子女说南方有些城市有多样化的养老服务，解决了老人的很多难题。”住在城南的张奶奶很羡慕南方城市的朋友。张奶奶已年过八旬，独居多年，虽然子女们经常探望她，但生活中的很多不便有时让她感觉很无助。洗澡，对普通人来说是一件家常小事，但对于高龄、行动不便、失能老年人来说却不容易，洗澡远比吃饭、如厕

更加困难，甚至成了很多老人真实又迫切的奢望。

记者了解到，令张奶奶羡慕的养老服务，盐城也有。近年来，我市立足实际、积极探索，从助餐、康养、生活照料等多方面发力，全面提升养老基础设施建设，更好地满足老年人多层次、多样化、个性化服务需求。

在盐城市社会福利院，有数百名老人常年安居在此。这里住宿环境干净卫生，食堂菜式丰富、营养均衡，老年活动室内欢声笑语不断，老年人们在这里悠闲快乐地享受晚年生活。84岁的杨莉华奶奶年轻时是一名京剧演员，退休后选择到福利院安度晚年。在新大楼的13层，有一间戏曲工作室，每天早晨杨奶奶都会到这里练功，还带着其他有兴趣的老年朋友一起学习京剧。在这里，除了杨奶奶的戏曲工作室，还设有书法室、手工室、朗读班、老物件展览馆……

老年人的幸福生活不仅仅是冬日里舒服地洗个澡，还涉及吃

饭、精神生活等方方面面。帮助老人舒服地洗个澡，从容地用餐，不仅能切实提高老年人的生活质量，而且关乎老年人晚年生活的体面与尊严。

记者调查发现，养老市场在发展过程中也面临一些挑战，比如养老服务供给不足、服务质量有待提高。在众多老年群体中，高龄、失能以及认知障碍老人对专业照护的需求尤为迫切。在老年人个性化、多样化、精细化服务需求快速增长的背景下，养老服务个性化、专业化程度还有很大的提升空间。此外，养老服务还面临着从业人员数量不足、素质参差不齐、流动性高等问题。养老服务提升需要政府、企业、社会等多方面共同努力。企业要关注市场需求，提升服务质量与管理水平，创新服务和产品；政府需进一步完善政策法规，加大扶持力度；社会各界也应积极参与，共同推动养老产业的健康发展，让养老服务惠及更多老年人。

## 盐城高架桥下：创新空间，大有可为

盐城城市高架通车里程长、桥下空间广，为创新城市服务、开发文旅项目及满足市民多样化需求提供了无限可能。为此，我建议相关部门开展深入调研，进行可行性研究，广泛征求社会公众及行业专家意见与建议。

在此过程中，可充分借鉴国内外已有的成功经验和做法，结合盐城本地实际，因地制宜，探索并构建出一套科学、合理的体制与机制性利用范式。具体而言，不仅可以让市民健身、停车、休闲、观光等基础服务，还

可以融入具有民间特色的“天桥杂技”、剪纸、糖艺、瓷刻等传统文化元素，以及琴棋书画、花鸟鱼虫、淮剧戏曲等丰富多彩的文化活动。

此外，还可以积极引入微通道设施、数字城市设施及安全引导设施等现代化科技手段，提升城市智能化与便捷性。在费用方面，建议提供低收费、政府补贴及尽可能多的免费服务，让更多人能够享受到城市发展带来的实惠，增强市民的归属感和幸福感。

市民 董先生

## 征集

为传承发扬“从大众中来，到大众中去”的优良传统，盐阜大众报“大众来信”专版、我言新闻客户端“大众来信”频道联合开展群众急难愁盼问题征集活动，欢迎广大读者、网友提供问题线索，提出意见建议。

