

习近平致信祝贺经济日报创刊40周年强调

# 创新经济报道理念和方式 讲好新时代中国经济发展故事

新华社北京1月1日电 在经济日报创刊40周年之际，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平发来贺信，向报社全体同志致以诚挚祝贺。

习近平在贺信中指出，40年来，经济日报围绕党和国家中心工作，在宣传党的创新理论、解读经济政策、报道经济成就等方面发挥了重要作用。

习近平希望经济日报深入学习贯彻党的二十大精神，坚持正确政治方向，创新经济报道理念和方式，加快构建全

媒体传播体系，为推动中国经济高质量发展、讲好新时代中国经济发展故事作出新的更大贡献。

1日下午，庆祝经济日报创刊40周年大会在京举行。中共中央政治局委员、中宣部部长李书磊在会上宣读习近平的贺信并讲话。他说，要认真学习贯彻习近平总书记重要指示精神，始终牢记职责使命，把习近平新时代中国特色社会主义思想宣传好、阐释好、传播好，把经济日报办得越来越好。

会上，经济日报负责人和老同志、职工代表发言。经济日报创刊于1983年1月1日，目前拥有下属报刊社网16家，已成为受众了解国际国内经济发展、获取经济信息的重要渠道。

就中安建交40周年

## 习近平同安提瓜和巴布达 总督威廉斯互致贺电

新华社北京1月1日电 1月1日，国家主席习近平同安提瓜和巴布达总督威廉斯互致贺电，庆祝两国建交40周年。

习近平指出，安巴是中国在加勒比地区重要合作伙伴。中安建交40年来，两国关系发展顺利，政治互信历久弥坚，务实合作富有成果，人民友谊日益加深。新冠肺炎疫情发生以来，中安守望相助、同舟共济，谱写了两国友好关系的新篇章。我高度重视中安关系发展，愿同威廉斯总督一道努力，以建交40周年为新起点，深化各领域合作，高质量共建“一带一路”，共同开辟中安关系更加美好的未来。

威廉斯表示，安方非常高兴同中方共同庆祝两国建交40周年，这是安中关系的重要里程碑。近年来，在习近平主席领导下，两国关系更加紧密。安方将继续致力于维护并加强两国业已存在的良好关系。

同日，国务院总理李克强同安提瓜和巴布达总理布朗互致贺电。李克强表示，中方愿同安方共同努力，以庆祝两国建交40周年为契机，推动中安友好合作关系不断深入发展，更好造福两国人民。

布朗表示，建交以来两国关系日臻成熟，安巴一贯奉行一个中国政策，中方对安巴提供了慷慨帮助，两国关系取得诸多标志性成果。祝愿中方在后疫情时代不断取得新的成功。

当前，我国疫情防控面临新形势新任务，工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。感染新冠病毒后，怎样安全科学用药？转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解？康复期如何恢复体力？围绕社会热点关切，国家卫生健康委组织相关领域专家作出解答。

### 感染后怎样安全科学用药

近期随着阳性病例的增多，一些人在治疗新冠病毒感染过程中，因用药不当导致损伤。安全科学用药事关群众生命安全和身体健康。

北京协和医院药剂科主任张波介绍，解热镇痛类药物，比如常用的布洛芬、对乙酰氨基酚，它们是对症治疗的药物。一般来讲，患者用1至2天就能退热，加上患者身体疼痛控制住后，就可以停药了，不需要长期服用。

一般而言，选择一种解热镇痛药就可以，很多解热镇痛药含有的成分相同或类似，如果选择多种解热镇痛药联用，可能会导致药物过量。同时，患者在使用前一定要认真阅读说明书，包括药物的用法用量及注意事项。

张波介绍，通常讲的抗生素一般指抗菌药物，这是只针对细菌引起感染的治疗药物。新冠病毒引发的症状是病毒性感染，抗生素对于治疗病毒引起的感染是无效的，也就是说抗菌药物不能预防和治疗病毒引起的感染。

### 转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解

很多新冠病毒感染者转阴后仍一直咳嗽，对此，中国科学院广安门医院呼吸科副主任医师边永君表示，相当一部分人的病机是多种多样的，不光是偏于寒凉，有的会出现湿热，也有的会出现痰湿甚至燥热的表现，要根据每个人的具体情况进行处理。

边永君解释，人体气道因为感染新冠病毒会受到损伤，即气道黏膜上皮受损之后，黏膜下的神经暴露出来就很容易对外界刺激出现敏感，比如说话、受凉或者闻到异味就会导致咳嗽。

“对咳嗽的恢复不要操之过急。从病毒性感染后引发的咳嗽的规律来看，总的恢复时间大概需要2至4周，有一个自然的恢复过程。”边永君建议，尽可能在室内营造出温暖潮湿的环境。患者既要避免过于劳累，也要避免过于安逸或者少活动，适当的运动对康复是有好处的。同时，尽量不要吃生冷食物，外出时要注意保暖。

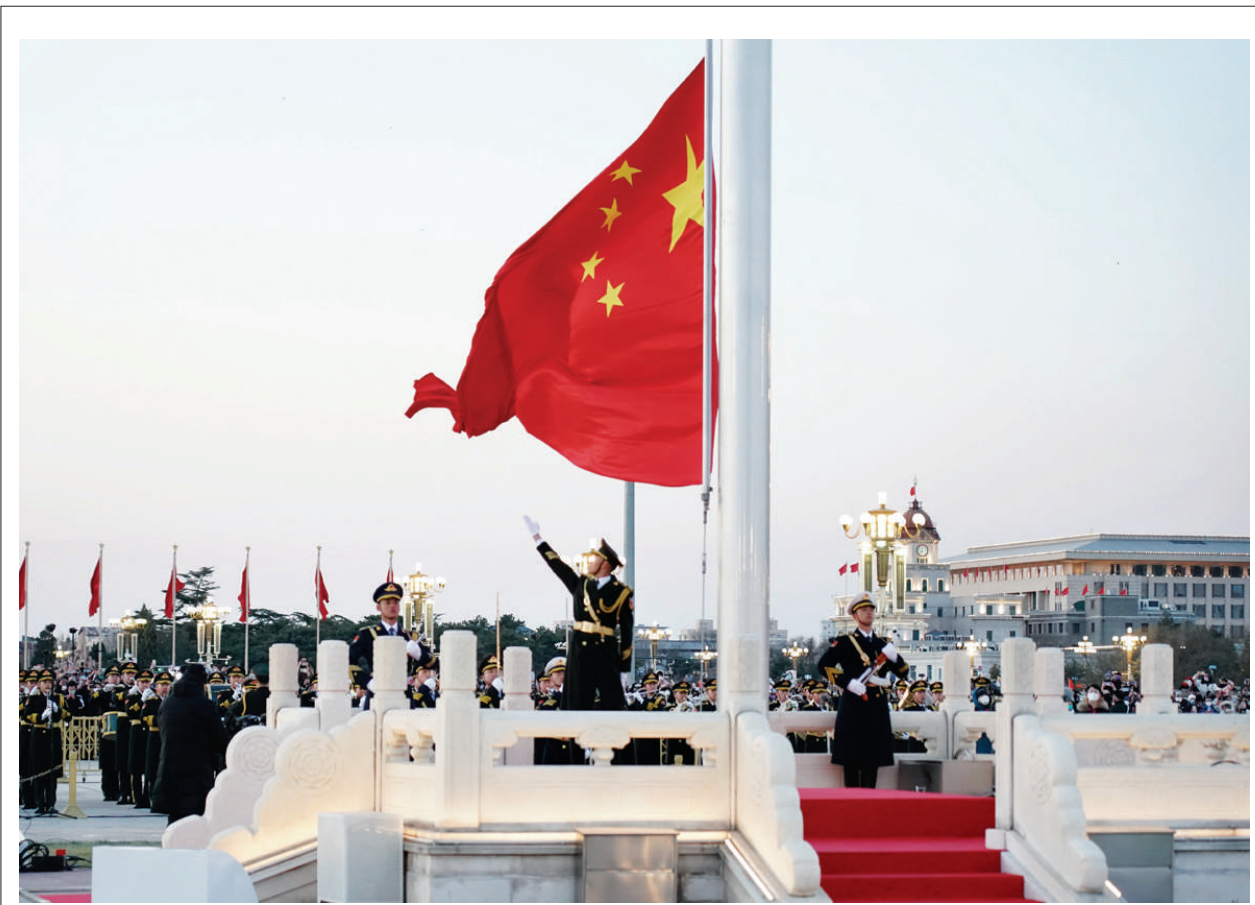
### 康复期如何恢复体力

首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉介绍，新冠病毒感染者进入康复期或者康复末期，要保持平和心态，饮食以清淡、易消化的为主，同时，注意休息，保证充足睡眠，不要做剧烈运动。

北京协和医院临床营养科主任于康表示，新冠病毒感染恢复过程需要一些时间，要循序渐进过渡，保证足够的耐心。康复期保证营养对恢复患者体力有着重要作用，具体有以下几点：

- 一是要摄入适当的能量。能量主要从主食中摄入，先从易消化的粥、面条等细粮开始，再过渡到软一点的米饭、馒头等，等胃肠功能恢复好了，再开始增加粗粮。
- 二是要保证优质蛋白质摄入。可以选择高蛋白低脂肪的牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等和一些易于消化吸收的食物。
- 三是补充一些微量营养素，特别是来自于蔬菜水果里的像钾元素、钠元素、维生素C等，最好做到“餐餐有蔬菜，每天有水果”。

新华社记者（据新华社北京1月1日电）



1月1日晨，北京天安门广场举行隆重的升国旗仪式。

新华社记者 张晨霖 摄

## 国旗飘扬 心潮澎湃

——北京天安门广场元旦升国旗仪式侧记

1月1日凌晨，北京天安门广场上，群众眼中暖意融融，翘首以盼五星红旗冉冉升起，期待着2023年的第一缕阳光。

过去的2022年，有激动人心的时刻，有温暖人心的故事，更有鼓舞人心的话语。这一刻，共同祝福祖国，互道新年快乐。

天色渐亮，国旗护卫队铿锵有力的脚步声响彻天安门广场，踏过金水桥，迈过长安街，在全场群众的注目下，走到天安门广场升旗台前。人们屏息凝神，等待着国旗升起的庄严时刻。

“向国旗——敬礼！”7时36分，《义勇军进行曲》在天安门广场响起，现场观众的眼神坚定自信，目视国旗缓缓升起……当国旗升至旗杆顶部，人群欢呼如潮，喜悦之情溢于言表。

高三艺考生孙诗雪在备考之余也来到国旗前许下新年愿望，她说：“高三的生活很辛苦、很充实，同时也很开心。2023年，希望可以如愿考入理想的大学，实现自己梦想，无论结果如何，努力拼搏的旅程都是难忘的、值得的。”

在上海的一家互联网公司工作的孔令泉12月31日下午从上海赶到北京，1月1日来到天安门广场观看升国旗仪式。他说，2022年，我们国家和人民都非常不容易，大家万众一心渡过难关；新的一年，尤其是看到2023年的第一面国旗升起，我对祖国更加充满信心，相信我们在新的一年一定能够走得更加平稳。

2023年是全面贯彻落实党的二十大精神开局之年，新征程上需要每一位追梦人团结一心、砥砺前行。

“希望今年毕业季一切顺利”“祝愿大家都能平安健康”“想努力让大家过上更幸福的生活”“2023年会越来越好的”……每个人心底的梦想汇聚成奋发前行的中国力量，向着全面建设社会主义现代化国家、以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴的宏伟目标迈进。

“五星红旗迎风飘扬，胜利歌声多么嘹亮……”《歌唱祖国》的旋律在天安门广场久久回响，万羽和平鸽迎着朝阳飞向天空，人们向着国旗，满怀憧憬，相信明天的中国一定会更好！

新华社记者（据新华社北京1月1日电）

## 你好！2023

——各地迎新年扫描

“很久没有出来玩了，这次和朋友一起在这里迎接新年，虽然冷，但畅玩玩耍的感觉太开心了太满足了。”游客冯女士说。

在几千公里之外的海南三亚，新年第一天，在20多摄氏度的天气里，游客们在海滩边嬉戏拍照，在“水世界”体验惊险刺激的游艺项目，在水族馆带孩子了解海洋生物……

河北的汪女士带着刚放寒假的女儿来到三亚过新年，“好几年没有出来玩了，这次就想带女儿过一个不一样的新年。”

据三亚亚特兰蒂斯酒店介绍，酒店在元旦当周预订量较前一周增长超3倍，入住率明显提升，目前入住率已超过九成。

### ■ 坚守岗位 奋斗中迎接2023

1日凌晨2时50分，零下22摄氏度，一辆满载电煤的列车缓缓驶离新疆煤炭运输主通道乌将铁路的重要站点——将东站。车下，海斌和同事们正在刺骨寒风中穿行在列车间，为每辆即将运行的“大块头”做装车检查。

海斌是中国铁路乌鲁木齐集团有限公司乌鲁木齐货运中心将东营业部值班主任，“这是我新年装的第一趟煤炭运输列车，很高兴我的工作能为各地群众送去温暖。”

目前，新疆铁路部门每天有53列煤炭整列货物列车从28个疆煤外运煤炭装车点开往甘肃、四川、重庆、云南、青海等地。

“准备起吊，注意调整横担上升姿态。”1月1日清晨7时许，位于湖北省黄冈市红安县永佳河镇的马店至武汉1000千伏特高压交流工程施工现场，一派忙碌景象。

该工程是青海至河南特高压直流工程的配套工程。眼

前的这一座铁塔高137米，位于山坡上，作业难度较大。“今天的工作任务是铁塔的横担吊装。”国网湖北送变电工程有限公司施工员杨永健告诉记者，“经过了连续12天作业，这座铁塔将于今天组装完毕。”

1日上午，在上海市重大项目——上海机场联络线工程现场，23岁的中铁四局钢筋工崔乔森正与3个工友一起作业。“为了在春节前把进度赶一赶，无忧过年，新年第一天大家都坚守在岗位上。”

### ■ 忙碌中期许2023更美好

1月1日7时30分，湖北神农架车站客运值班员李武和同事们在新年的朝阳中，迎接旅客们的到来。“这几天车站每天到旅客数量在600人左右，随着雪季到来，预计乘坐高铁来神农架滑雪的游客会越来越多。”李武说。

2022年6月，穿过湖北神农架的郑渝高铁全线通车，将过去没有铁路的神农架带进了全国高速铁路网。

1月1日9时30分，祖国西北角，新疆乌鲁木齐南山脚下的西水沟镇，白雪皑皑，不同雪道在山腰依次排开，来自全国各地的滑雪爱好者从山上翩然滑下。

新疆地处冰雪黄金纬度带，拥有世界一流冰雪资源，近年来形成“冰雪运动+冰雪观光+民俗体验+特色街区+温泉水疗”等复合多元冰雪旅游产品。

“以前看那雪山，就是个雪山，现在来看，那是‘金山银山’。作为滑雪教练的王革成，连续四个雪季来到乌鲁木齐丝绸之路国际度假区滑雪场“淘金”。“多的时候每天有三四游客跟我学滑雪，一天能挣好几百块钱。”他说，“真希望雪季能长一点。” 新华社记者（据新华社北京1月1日电）

感染后怎样科学用药  
转阴后咳嗽如何缓解

专家解答防疫热点问题

## 聚焦疫情防控

## 农历癸卯兔年“闰二月” 全年共有384天

据新华社天津1月1日电（记者 周润健）2022年已经过去，崭新的2023年开始走来。天文科普专家介绍，公历2023年为平年，2月有28天，全年共有365天。

记者在天文日历上看到，由于被安排了一个“闰二月”，农历癸卯兔年全年共有384天，从2023年1月22日开始，至2024年2月9日结束。

“新年快乐！”“元旦快乐！”1月1日0时，湖北武汉江汉关大楼下，人们在璀璨的夜景下齐声倒数，迎接2023年的到来。

1日清晨，北京天安门广场上，鲜艳的五星红旗迎着2023年的第一缕阳光缓缓升起，万羽和平鸽飞向天空；“五岳之首”山东泰山山顶游人如织，新年第一缕阳光照耀下，游客们向着太阳招手，并许下新年愿望……

告别极不寻常的2022年，人们在阳光中、在欢笑中、在坚守中迎接2023年，期盼更加美好的未来。

### ■ 各种活动祝福祖国 许愿好的开始

“我爱你中国”“祖国万岁”“新年快乐”……清晨的天安门广场上，祝福声此起彼伏，来自全国各地的群众向着国旗，热闹欢腾的景象让人忘却寒冷。

上海的孔令泉2022年12月31日下午专门从上海赶到北京观看升国旗仪式。“看到2023年的第一面国旗升起，心潮澎湃，我对祖国更加充满信心，相信我们在新的一年一定能够走得更加平稳。”

武汉长江畔江汉关大楼，从跨年到清晨，人们同数倒计时，放飞气球，放飞对新一年的期盼。

“人比去年跨年时要多很多，大家用一种温暖的方式许愿2023年越来越好。”在现场执勤的民警刘光琛从人潮中感受到了城市涌动的生机与活力，“随着疫情形势不断向好，城市的烟火气慢慢回来了，相信新的一年大家的生活会越来越美好。”

清晨，中共一大纪念馆新馆门前的“一大广场”上，旗手们迈着有力的步伐，从中共一大会址走来，护送国旗走向旗杆。自发而来的市民游客迎着新年的曙光，注视五星红旗冉冉升起。

### ■ 踏上旅途 感受美好生活

1月1日，哈尔滨。气温降至零下20多摄氏度，第24届哈尔滨冰雪大世界点燃新一年的欢腾。明媚的阳光照射在晶莹剔透的冰雕上，整座梦幻冰雪王国焕发着迷人的光彩。