

除夕火车票明日开售 出行前需注意这些

2023年春节的脚步越来越近,按照火车票提前15天发售的安排,1月7日,2023年除夕(1月21日)的火车票将正式开售。抢票前,这些新变化你要注意!

除夕火车票明日开售

2023年春运明日(1月7日)开始,至2月15日结束,为期40天。

按照火车票提前15天发售的安排,1月5日,旅客可以购买1月19日(腊月二十八)的火车票,1月6日可以购买1月20日(腊月二十九)的火车票,1月7日可以购买1月21日(除夕)当日的火车票。

据了解,为充分满足旅客出行需求,方便旅客购票,铁路部门科学制定客车开行方案。其中,节前高峰日安排开行旅客列车6077对,节后高峰日安排开行旅客列车6107对,最大客座能力较疫情前的2019年春运增长11%。

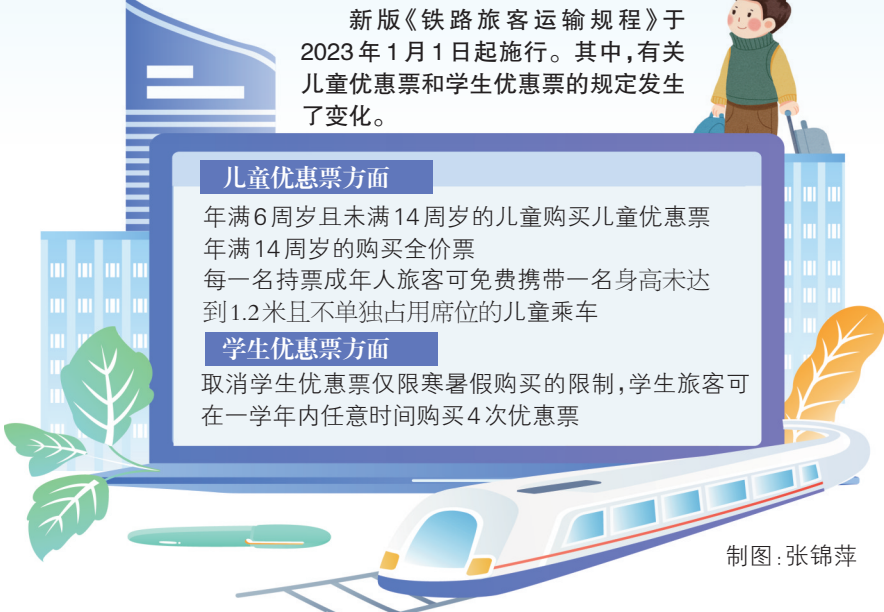
此外,国铁集团表示,为满足旅客多样化需求,根据需要,将在部分运力紧张的高铁通道增开夜间高峰线动车组列车,在京广、杭深高铁开行卧铺动车组。

同时,铁路部门根据铁路12306客票预售和候补数据,分析旅客出行规律,动态研判客流走势,梯次安排运力投放,实现运能和需求的精准匹配。

倡导旅客错峰出行 加强重点处所通风消毒

今年春运期间的疫情防控工作受到广泛关注。

随着疫情防控政策的进一步优化,



跨区域人员流动性将加速释放,2023年综合运输春运疫情防控和运输服务保障工作面临新形势。

如何最大限度保障广大旅客和铁路春运一线职工的健康,最大限度减少疫情对春运的影响?

对此,铁路部门倡导旅客错峰出行,减少人员聚集,强化车站客流组织,积极推广无接触式服务,引导旅客有序分散进站候车,保持安全距离。

此外,铁路部门将加强卫生间、洗手池、电梯扶手、座椅等重点处所通风消毒,保持站车良好环境;加强旅行健康宣传提示,引导旅客全程佩戴口罩,强化自身健康防护;严格做好铁路春运一线职工健康防护,加强保洁、安

检、餐饮、业务外包人员一体化管理;强化路地联防联控,有序做好应急处置工作。

购买儿童优惠票与学生优惠票有变化

新版《铁路旅客运输规程》于2023年1月1日起施行。其中,有关儿童优惠票和学生优惠票的规定发生了变化。

儿童优惠票方面,全国铁路对儿童优惠票实行车票实名制管理,并以年龄划分优惠标准。随同成年人旅客乘车的儿童,年满6周岁且未满14周岁的儿童购买儿童优惠票,年满14周岁的购买全价票。每一名持票成年人旅客可以免费携带一名身高未达到1.2米且不单独占

用席位的儿童乘车;超过一名时,超过人数应当购买儿童优惠票。

学生优惠票方面,铁路部门一并取消学生优惠票仅限寒暑假购买的限制,学生旅客可在一学年内任意时间购买4次优惠票。扩大非高峰方向列车票价折扣优惠范围和幅度,让旅客获得更多实惠。

旅客出行体验还有这些改进

春运是人员流动规模最大、出行最为集中的时期。有旅客出行时担心出现“上不了车、转不了站、吃不好饭”问题。

针对旅客担心的问题,国铁集团表示,铁路部门推出便民利民惠民服务举措,有效提升旅客出行体验。具体举措如下:

1.进一步扩大电子客票应用范围,在到站补票和列车补票业务环节全面实施补票电子化;完善12306消息通知机制,及时准确地向已购票旅客推送列车停运和变更信息。

2.将开展互联网订餐的车站由55个增加到76个,覆盖全国绝大部分动车组列车和长距离普速列车。

3.安排站内便捷中转换乘服务的车站由80个增至100个,旅客换乘将更加便捷高效。

4.在全国3200余组动车组列车上推行“铁路畅行”扫码服务,旅客通过扫描座椅扶手上的“铁路畅行码”,可顺畅查询列车正晚点、运行位置、接续车次、交通接驳等出行服务信息。

据中国新闻网 记者 葛成



防疫热点

风寒风热如何区分? 服中药如何更对症?

——权威专家回应防疫热点问题

新华社记者 田晓航

当前,我国疫情防控工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。在中成药的使用中,很多药的适应症都有风寒和风热的区别,该如何判断自己的症状是寒证还是热证?怎么选中药治疗更有效?如何避免用药误区?国务院联防联控机制组织首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉作出专业解答。

问:很多中成药的适应症都有风寒和风热的区别,该如何判断自己的症状是寒证还是热证?怎么用药才能更对症、更有效?

答:新冠病毒感染从中医来看属于“疫”病范畴,通俗地说,是传染性很强的外感病。对于外感病,不管其诱因是风寒还是风热,出现临床症状大部分都表现出发烧、怕冷、乏力、咽喉疼痛等。无论是风寒还是风热引起的临床不适,运用具有解表功能、治疗感冒的药物治

疗都是有效的。如果有专业医生运用中医理论进一步区分风寒、风热进行治疗,可能效果会更好。

临床表现为发烧、很怕冷、肌肉酸痛、咽干咽痛、乏力、鼻塞流涕等症状的,多属于风寒导致,宜服用疏风解表的中成药,如在北方地区常用的感冒清热颗粒、荆防颗粒等。

临床表现为发热、咽喉疼痛明显,怕冷不明显,肌肉酸痛、乏力、咳嗽等症状的,多属于风热导致,宜服用疏风清热或者化湿解表、清热解毒的中成药,如宣肺败毒颗粒、清肺排毒颗粒、蓝芩口服液等。

患者可根据自身症状选择其中一种中成药。按照说明书剂量或咨询专业医师服用1至2天后,若症状无明显缓解或持续加重,建议及时到正规医疗机构就诊。切勿盲目同时服用多种功效类似的中成药。

特殊重点人群,尤其是老年人合并慢性基础疾病者、肿瘤患者、免疫相关疾病患者、慢性肾功能衰竭在做常规透析的患者等,这些人群如果感染了新冠病毒,选用中成药时一定要向专业医师咨询,在医生指导下用药。

问:《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》以及各地出台的指南指引推荐了很多中成药,个人参照这些方案,怎样选中药?如何避免用药误区?

答:个人选药时,应注意以下几方面:

一是经早期治疗,新冠病毒感染者一般2至3天体温就可以恢复正常,之后一些患者会出现咽喉疼痛、咳嗽、声音嘶哑等症状,此时宜服用具有宣肺止咳功效的中成药,如急支糖浆、通宣理

肺丸等;咽喉疼痛明显者加用几天利咽解毒止痛的中成药,如六神胶囊、清咽滴丸等。

二是部分人会出现乏力、呕吐、腹泻症状,从中医来看是湿邪明显,宜服用化湿解表类的药,如藿香正气水、藿香正气胶囊等。但此时不宜服用清热解毒的药物,以免导致腹泻或消化道症状加重。

三是儿童出现发热、咽干咽痛、咳嗽等症状,可以用疏风解毒、清热宣肺的药物,如儿童清肺口服液等;如发热、食少腹胀、口臭、大便干结,可以用消积导滞、清热宣肺的中药,如小儿柴桂退热颗粒等。对于一些特殊体质的孩子,如过敏性体质,用药前一定要向儿科医生咨询。对于婴幼儿,除了吃药还可以采用非药物治疗手段来缓解症状,如推拿、捏脊或者中医刮痧。

新冠病毒感染者要理性、合理用药,切忌病急乱投医、盲目用药。用药前要认真阅读说明书,用药48小时之内症状没有明显缓解,要到医院就诊。不主张同时服用中、西药,中、西药要间隔半个小时以上服用,不要重叠使用同一类型的药物。对于轻型患者来说,一般服药5至7天,临床症状缓解得差不多了,就可以进行饮食调整,不要过度服用药物。

新华社北京1月4日电

国务院未保办

寒假春节期间各地要对困境儿童进行走访探视

新华社北京1月4日电(记者 高蕾)记者1月4日从国务院未成年人保护工作领导小组办公室获悉,国务院未成年人保护工作领导小组办公室要求各地未成年人保护工作领导小组(委员会)办公室要统筹用好基层工作力量,寒假春节期间对本地区困境儿童进行一次走访探视。

国务院未成年人保护工作领导小组办公室近日通知开展“情暖新春 共护未来”2023年寒假春节期间困境儿童关爱服务活动。通知指出,走访探视时,要重点了解儿童监护或委托照料状况、健康状况,寒假春节期间儿童去向和面临困难问题等。针对困境儿童的实际困难,要明确专人做好关爱服务工作,确保各类信息沟通渠道畅通,保证儿童在遇到困难时第一时间能够得到关爱服务。

通知强调,各地未成年人保护工作领导小组(委员会)办公室要结合走访探视活动,大力开展未成年人保护工作法律法规政策宣讲,指导村(居)民委员会督促指导困境儿童监护人或受委托照料人认真履行监护主体责任或委托照料职责。要将父母均在外地过年的农村留守儿童作为关爱服务的重点对象,督促引导父母加强与农村留守儿童的亲情沟通,给予儿童亲情关爱,加强假期亲子陪伴。

通知还要求,要确保将孤儿、事实无人抚养儿童等困难儿童群体纳入价格补贴联动机制保障对象。对于父母及其他监护人因突发事件影响,不能履行监护和抚养责任的,未成年人住所地民政部门要依法进行临时监护。