

# 应对疫情冲击波：千斤重担需要多次挑

易其洋

“二十条”“新十条”接连公布，疫情防控措施不断优化调整。疾控专家们分析判断，人人毫无例外地感染一次新冠病毒，是迟早的事，各地要做好应对疫情第一波冲击的准备。

对一个地方来说，一旦出现大规模感染的情况，最怕的是挤兑医疗资源。老年人、小孩子、孕产妇、残障者、有基础病或重病的人，被专家称为“脆弱人群”，容易感染病毒，是保护的重点和难点。疫情防控措施“松绑”后，仍规定养老院、福利院、中小学、幼儿园等要查验48小时核酸检测结果，各地发热门诊应设尽设、应开尽开，开通互联网平台，让医生在线诊疗、开药，由第三方送药等，正是为了支持居家隔离，分流感染者，降低疫情焦虑和交叉感染风险。

有人说，既然可能“全民尽染”，那不如“早阳早好”。这对免疫力好的人而言，是有道理的。但人是相互联系和影响的，身体好的人感染了，无症状或者轻症，不用休息或休息几天就好了，如果不把它当回事，传染给更多人，特别是“脆弱人群”，那么，去医院就诊的人就可能短时间内增多，给医院造成极大压力。

如果应对疫情冲击波，比作挑一副千斤重担的话，一次性扛起来，当然好。但应该认识到，我们的人均医疗资源本就紧张，如果短时间内出现集中感染，千斤重担极有可能一次性挑不起来，扁担也可能被压断。这时候，如果我们能分10次，每次挑100斤，甚或能分50次，每次挑20斤，那一样可以。把这副重担挑起来。这样，耗费的时间会长些，却不容易发生压坏扁担、压伤人甚至压死人的事。

“新十条”发布后，许多城市规定，进入医院就诊，仍需查验48小时核酸检测结果（有紧急情况者，可以走“绿色通道”）。在我市，12月9日，宁波市医疗中心李惠利医院和康宁医院发布了这样的规定：昨天，宁波市第一医院、宁波市第二医院、宁大医学院附属医院也跟进。

这不是抬高门槛、为难病人，而是对医护人员和病人的保护，合理而必要。试想，如果不查验核酸检测结果，大量感染者涌入医院，不小心传染给医护人员，造成大面积“院感”，是多么可怕的事。我甚至认为，在疫情第一轮冲击波结束之前，所有医院和特殊场所所需要的自我防护。毕竟，“不怕一万，就怕万一”。

就像钟南山院士所说，感染奥密克戎，就算是无症状或者轻症，完全康复一般也需要7天到10天。医院担负着救死扶伤的重任，如果医护人员大规模感染，几天里，好多人没法正常上班，那谁来救治病人、特别是那些急难危重的病人。人命关天，刻不容缓，总不能等医生病好了，再给病人看病吧。

这些天，各地纷纷发布通告，提醒大家一如既往地做好自我防护。戴口罩、勤洗手、常通风、少集聚、莫恐慌等，仍然是预防新冠病毒感染最经济、最有效、最实用的措施，真正惠而不费。每个人当好自身健康第一责任人，既是对个人负责，也是对大家负责，更是对城市应对疫情冲击波负责。

张文宏医生提醒大家，本次疫情高峰可能会在一个月內到来。他建议，子女对家里老人的保护，除了劝说老人打好疫苗之外，看望老人时要佩戴N95口罩，并告诉老人，这段时间内不要去跳广场舞、打麻将、集聚聊天，帮助老年人尽

# 朋友圈变“新冠病友科普群”：这个可以有

维扬书生

“今天是感染新冠第三天，已经退烧”“阳了，和大家说说这几天的经历”“一周转阴！我用了哪些方法”……近期，越来越多感染新冠病毒的人在朋友圈、微博、小红书等平台上分享自己的患病经历，针对老人、儿童、孕妇等特殊人群的各种科普和分享案例也纷纷刷屏（12月13日澎湃新闻新闻）。

新冠阳性患者在朋友圈晒出自己患病及痊愈的经历，至少有三个好处：

可以帮助公众消除恐慌心理。目前，全球新冠肺炎疫情仍处于流行态势，我国流行的新冠病毒奥密克戎变异株致病力和毒力已明显减

弱，感染者多为轻症或无症状感染者，重症人数相对较少。但是，优化防疫“新十条”政策发布后，公共交通不再查验核酸码、全民核酸检测取消了、行程码也下线，可公众一点也不轻松不起来，有网友感叹，自己像是从ICU病房捞出来又放进KTV，很激动，但不敢动，生怕一不小心就中招。在这种背景下，有朋友在微信朋友圈公开晒出自己阳性及治疗的经历，可以消除公众对奥密克戎病毒的恐惧心理，坦然面对病毒，做好自身防护。

可以帮助公众学习病毒的有关科学知识。阳性患者在朋友圈晒出亲身经历，从个案角度向公众介绍了染病的经历及具体症状，这种分

享就像“考过试的人在给其他人分享考题和参考答案”，可以让大家更全面地了解奥密克戎这种病毒。12月12日，北京市民小李（化名）在朋友圈分享了自己患病前三天的经历，身体上的疼痛一度让他虚弱得难以下床，39.1℃的体温也让他感到恐惧，“但看到朋友圈里很多专家的科普，39.1℃的高热尚属于正常反应，所以心态就平稳了”。症状减轻后，身体有了力气，小李第一时间发了朋友圈，分享自己的经历，“我觉得大家了解这个情况是有必要的，感染了可能会高烧，可能身上会酸软疼痛，但是只要有药，就不要过于担心，一一对照症状，挺过前几天，慢慢状态会向好”。

可以普及防范及治愈的科学方法。随着越来越多人分享自身真实的病情，公众可以从中了解到一些防疫知识，比如哪些药物比较有用、什么时候该去医院等。如果有一天自己真的感染了，也没有那么害怕了，该休息休息，该吃药吃药，医院也不会人满为患，医疗资源也不会被挤兑，更为重要的是，大家接受的真实案例和经验变多，也能逐渐分辨网络上流传的不实消息。

事实证明，疫情就像地震、海啸、火灾一样，属于不可抗力，既然个体无法更改，那就应该摆正心态，坦然面对，科学应对，不造谣、不信谣、不传谣，保持规律的作息并坚持锻炼，提高自身免疫力。

# “甬”有数币 乐享消费——宁波市数字人民币试点工作特别报道

## 中国银行宁波市分行：做活场景应用，做优数币体验

自宁波正式成为全国数字人民币试点城市以来，在数字人民币试点工作领导小组的统一部署下，中国银行宁波市分行认真贯彻落实各项工作要求，成立专项工作组统筹推进，尤其是通过做活数字人民币场景应用、优化数字人民币消费体验，促进数字人民币试点业务健康有序发展。

今年以来，中国银行宁波市分行多次主动对接行业部门等，策划、打造天一商圈数字人民币体验示范。在上月举办的“浓情中行·聚惠双十一”数字人民币红包大派送活动中，累计超过15万在甬消费者参与了这场数字人民币“盛宴”。

中国银行在市分行层级、管辖行层级已组织开展几十次数字人民币推广活动；同时积极宣传推动总行层级的美团、京东、唯品会、永辉超市等全国性推广活动，促进用户数字人民币体验积极性。

文字/张正伟 任莉莉

### 做好“四个规范” 确保试点量质并重

数字人民币是面向未来的重大金融基础设施工程，更是关乎国计民生的重要国家战略。在宁波正式开展数字人民币试点工作之初，中国银行宁波市分行就确立了以“既注重量，又注重质”为核心的可持续发展策略。在人行宁波市中心支行、宁波市地方金融监督管理局等部门的指导下，宁波市分行数字人民币专项工作组统筹推进，做到“四个规范”——规范第三方合作、规范业务流程、规范风险管理、规范活动开展，确保数字人民币试点工作量质并重。

截至11月末，中国银行宁波市分行数字人民币钱包整体活跃度较高，交易金额和受理场景数位列市场同业第二、交易笔数位列市场

同业第一。在浙江省内第三批试点城市系统内排名中，宁波市分行数字人民币试点推进工作也是可圈可点、成绩靠前，其中个人钱包数、对公钱包数和交易金额均系统排名第一，交易笔数和受理场景数排名第二。

加大技术赋能 场景应用全面推进

与小遛共享平台开展合作，落地宁波首个数字人民币跨运营机构钱包快付功能，在小遛共享App实现支持所有运营机构数字人民币钱包支付应用。此外，具有相同模式与功能的“小6买菜”项目将于近期上线。

数字人民币试点工作开展以来，中国银行宁波市分行充分发挥“中电联”技术优势，在最短的时间内实现了钱包快付、协议支付、H5支付、硬钱包、“母子钱包”等

多种数字人民币产品能力和多领域数字人民币场景建设。

作为公交项目主办行，中国银行宁波市分行率先与宁波市民卡公司完成技术对接，实现全市公交乘坐使用数字人民币代扣支付。今年以来，中国银行宁波市分行通过“母子钱包”结构设计，为宁波城市广场、三江超市等连锁企业提供资金归集分发和对账管理能力，满足大型企业综合化服务需求。此外，在数字人民币硬钱包能力上实现了柜面开立、充值、赎回、交易查询等功能，同时商家标准POS也已具备硬钱包受理能力。

12月5日，“数智中行·惠购农贸”数字人民币消费红包发放成功落下帷幕。此次，中国银行宁波市分行创新活动方式，通过媒体平台公开报名、抽奖中签、定点使用，不但吸引了数以万计的读者参

加，还大大激发了农贸市场应用数字人民币的积极性。目前，中国银行宁波市分行负责对接的全市36家农贸市场，已有逾400个摊位成为数字人民币商家。

在各项技术能力加持下，中国银行宁波市分行数字人民币应用正逐渐实现全域覆盖。在医疗领域，与宁波三院、妇儿医院和镇海龙赛医院等完成技术对接，实现医疗场景应用上线；在教育领域，与宁波诺丁汉大学全面开展数字人民币业务合作，共同建设校内商圈并成功在校园开学季举办数字人民币推广体验活动；与光华学校合作搭建学费缴纳场景，目前累计交易金额已经超过千万元。在行内场景方面，中国银行宁波市分行积极推广“复兴壹号”数字人民币党费缴纳，员工使用覆盖率超过90%；推动员工开立个人钱包，实现全员防

暑降温费数字人民币发放；融合传统业务，打通贷款发放渠道，试点通过数字人民币发放多笔普惠金融贷款。

此外，中国银行宁波市分行还积极探索数字人民币跨境场景应用，尝试外币与数字人民币兑换业务，探索货币跨境汇款交易；主动创建宣传平台，精心打造数字人民币创新应用实验室，加速全行数字人民币业务试点推广。

“本、代”齐进 协同做大市场蛋糕

数字人民币是一项新业务，更是一片“新蓝海”。试点工作开展以来，中国银行宁波市分行秉承“开门办业务”原则，与鄞州银行、宁波银联商务等代理平台强强联合，通过

资源共享、优势互补、发展共赢，建立全面合作关系，齐心协力做大数字人民币这块“蛋糕”。

在银银合作方面，中国银行宁波市分行与鄞州银行紧密协同，先后投产个人钱包、对公钱包及受理商户相关数字人民币服务能力，不断升级、完善各项功能。目前，鄞州银行数字人民币业务已经正式启动，银银合作功能正在逐步显现。下一步，中国银行宁波市分行将持续做好鄞州银行数字人民币业务的支持保障工作，更好地实现资源共享、信息共通。

在第三方合作方面，中国银行宁波市分行与宁波银联商务不断深化合作关系，签署全面战略合作协议，在输出数字人民币服务能力的同时做好业务操作流程的梳理和优化，协力推进宁波地区数字人民币试点工作。

# 世界杯赛场唱响《孤勇者》：见证文化“软实力”输出

江德斌

据FIFA世界杯官方宣布，结合微博与FIFA+小程序的投票结果，由陈奕迅演唱的《孤勇者》将在卡塔尔世界杯的半决赛现场播放。除此之外，由苏打绿演唱的《相信》也将在半决赛现场播放。而由张杰演唱的《逆战》将在季军战现场播放（12月13日《每日经济新闻》）。

“去吗？配吗？这褴褛的披风！战吗？战啊！以最卑微的梦！”今年最火爆的流行歌曲，被称为顶流“儿歌”的《孤勇者》，竟然要登陆世界杯赛场，在半决赛现场播放，可喜可贺，表明《孤勇者》以其振奋人心的热情、斗志昂扬的精神，得到了广大球迷的认同，将在更大的国际舞台唱响，向全球观众展示中国优秀流行音乐，推动文化“软实力”向海外输出。

在绿茵场上，足球运动员奋力拼搏、勇敢厮杀的矫健身姿，为成功破门、夺取胜利而高呼庆祝的热血沸腾，为失败而埋首哭泣的哀伤，时刻感染着无数球迷。在本届世界杯上，不少伟大球员也被球迷视为“孤勇者”，比如梅西、莫德里奇、姆巴佩、齐耶赫等。而在葡萄牙止步八强后，新华社为C罗剪

辑的《孤勇者》——“与命运搏斗不曾投降，敬天地，敬爱恨，敬对手，敬自己，更敬过往”，生动诠释了属于C罗时代的荣光，让无数球迷为之唏嘘。

这首火遍全国的《孤勇者》，原本是网络游戏衍生动画片的主题曲，却凭借热血沸腾的曲调和歌词、永不屈服的奋斗力量，顺利“破圈”，征服了无数歌迷，特别是全国数字化小学生、幼儿。这一年来，可以说只要有孩子的地方，就能听到高唱《孤勇者》的激情歌声，甚至有成年人做过实验，用“爱孤身走暗巷”与儿童对“暗号”，立刻就得到响应。

从《孤勇者》成为现象级IP来看，这首歌曲所具有的独特魅力和极其巨大的影响力，已经超越了流行歌曲范畴，成为更大范围的社会文化。很多人对《孤勇者》潜藏的力量而振奋，为词作者唐恬的抗癌经历而感动，由此联想到各行各业坚毅奋斗的“孤勇者”，比如消防员、解放军战士、医生、清洁工、快递员等。《孤勇者》《相信》《逆战》，共同点是励志，折射出年轻人的奋斗精神和审美趣味。在世界杯赛场上播放《孤勇者》，无疑与体育精神非常契合，也反映了广大球迷的共同心愿。

明州论坛  
中国新闻名专栏

# 抢手货

可以普及防范及治愈的科学方法。随着越来越多人分享自身真实的病情，公众可以从中了解到一些防疫知识，比如哪些药物比较有用、什么时候该去医院等。如果有一天自己真的感染了，也没有那么害怕了，该休息休息，该吃药吃药，医院也不会人满为患，医疗资源也不会被挤兑，更为重要的是，大家接受的真实案例和经验变多，也能逐渐分辨网络上流传的不实消息。

事实证明，疫情就像地震、海啸、火灾一样，属于不可抗力，既然个体无法更改，那就应该摆正心态，坦然面对，科学应对，不造谣、不信谣、不传谣，保持规律的作息并坚持锻炼，提高自身免疫力。

# 抢手货



中行大力推进菜市场场景建设，让数字人民币走进千家万户。

抢手货



王琪 绘