

新时代 新征程 新伟业

将党的二十大精神融入“行走的党课”，复旦大学推出“红色巴士”师生踊跃乘坐 沉浸体验真理味道，坚定科技强国理想

■本报记者 储舒婷

昨天，从复旦大学枫林校区出发的一辆“红色巴士”上，满载着学校脑科学研究院40余名研究生。巴士一路驶向陆家嘴金融城、杨浦滨江公共空间、《共产党宣言》展示馆等地，在复旦大学博士生讲师团成员的讲解下，大家细细聆听沿途风景背后的故事。

将党的二十大精神融入“行走的党课”，复旦大学推出“红色巴士”，打造移动的育人课堂。自10月首发以来，全校师生踊跃报名乘坐，已有近30批次乘客体验了沉浸式研学。

搭乘这趟“红色巴士”的乘客之一、1998年出生在浦东的蔡静宜是复旦大学脑科学研究院2021级研究生。她所在的课题组正聚焦癫痫和阿尔茨海默症的发病机制及药物研发开展攻关。“努力实现高水平科技自立自强，攻克核心技术，一代代科研人员必须接力攻关，现在，接力棒已交到了我们手上。”蔡静宜说。

包括蔡静宜在内，更多95后、00后大学生在“移动式红色课堂”里学思践悟党的二十大精神，强化使命担当，踔厉奋发新征程。

打造“移动式红色课堂”，精心设计多条研学路线

00后陈映雪是今年从本科直博的新生，在这次研学之旅中，她第一次来到陆家嘴金融城党群服务中心，深入了解楼宇党建的创新实践。“平时很多时间都泡在实验室，这次的走访给我带来了许多新奇的体验，也让我对基层党组织为民办实事有了更直观的认识。”

随着“红色巴士”来到第二站——杨浦滨江公共空间，不少青年人在这里聆听了一堂“微党课”：原来，当年周恩来等旅法留学生们正是从这里的黄浦码头启航的，他们在法国学习先进的科学技术



昨天，复旦大学脑科学研究院学子在陆家嘴金融城党群服务中心了解楼宇党建创新实践。
本报记者 周俊超摄

术和思想，并在法成立共产党早期组织；学成回国后，其中不少人成为各行各业的先驱……一路走来，感受“生活秀带”之美的同时，大家也深刻体悟到“人民城市人民建、人民城市为人民”的内涵。

本次红色研学的讲解员、复旦大学博士生胡睿告诉记者，结合党的二十大精神，“红色巴士”精心设计了四条不同的研学路线，沿途都会走过红色场馆，而“红色巴士”的“终点站”都是《共产党宣言》展示馆。在这里，复旦大学“星火”党员志愿服务队队员们，将陈望道老校长翻译第一版《共产党宣言》的故事娓娓道来，将真理的味道传得更广。

继承老一辈科学家精神，抢抓机遇开辟新领域新赛道

在“移动式红色课堂”的巴士中聆

听沉浸式宣讲，在场馆里开展“互动式研学”，更多青年学子在学习领会党的二十大精神的同时，进一步坚定了科技强国的报国志向。

党的二十大报告提出深入实施科教兴国战略、人才强国战略、创新驱动发展战略。以实际行动践行“坚持创新在我国现代化建设全局中的核心地位”，青年科技人员和在校学子都要有增强加快实现高水平科技自立自强的使命感、责任感、紧迫感。

“今天，在我们自己的实验室内，正在进行前沿的视网膜神经研究。我们要通过自主创新，牢牢掌握核心技术竞争力，增强国家在这一领域的核心竞争力。”复旦大学2022级博士生杨哲自豪地介绍，复旦大学脑科学研究院如今已汇聚了生物、医学、药学、材料等多学科团队的科学家，当前，

大家正紧密结合国家发展重大需求和脑科学发展前沿，围绕脑功能和脑重要疾病，开展基础研究以及与医学结合的应用转化。

“身为青年科技工作者，我们要抢抓科技发展机遇，不断增强自主创新，勇于开辟发展新领域新赛道。”杨哲所在的课题组，目前正在杨雄里院士的领衔下，攻克视网膜结构功能及疾病状态下的重塑机制。“基础研究每推进一小步，都非常困难，往往做十次实验会遭遇一次失败，但丝毫不会阻碍我们继续攀登科技高峰的信念。”杨哲说，他和他的同伴们将学习、继承老一辈科学家的精神，坚定科技强国理想信念，朝着“攻克不可能的科学难题”迈步，从实际需求出发，做最前沿的研究成果，更好服务人民的生命健康。

中山医院药剂科提醒：大部分感染者可居家治疗，多休息多喝水有症状再服药 备药不必盯着“网红药”也需谨防重复用药

■本报记者 唐闻佳

国家疫情防控举措“新十条”落地后，居家如何进行自我管理健康？尤其对于可能来临的“自我用药”，家庭储备药品到底怎么吃？孕妇、老人、小孩服药期间务必要注意什么？就这些市民关切，复旦大学附属中山医院药剂科发出提醒。

中山医院药剂科专家表示，对于没有合并严重基础疾病的新冠无症状或症状轻微的感染者，或基础疾病处于稳定期，不合并严重心、肝、肺、肾、脑等重要脏器功能不全等需要住院治疗情况的感染者，建议居家治疗，多休息、多喝水，增强自身免疫力。有症状的患者，一般以对症治疗为主。

提醒1：居家备药多为非处方药，无需到医院开处方

居家治疗时，市民可能需要的药品包括几个方面。比如，对于发热症状，常用药物有对乙酰氨基酚、布洛芬、阿司匹林、金花清感颗粒、连花清瘟颗粒、胶囊、宣肺败毒颗粒、清肺排毒颗粒、疏风解毒胶囊等。

再如，对于咽干咽痛症状，可选地喹氯铵、六神丸、清咽滴丸、疏风解毒胶囊等；对咳嗽咳痰症状，可以选择溴己新、氨溴索、愈创甘油醚、乙酰半胱氨酸等；对于干咳无痰，可选福尔可定、右美

沙芬等；对于流鼻涕，可选氯苯那敏、氯雷他定、西替利嗪等；对于鼻塞，可选赛洛唑啉滴鼻剂等；对于恶心呕吐，可选桂利嗪、藿香正气水/胶囊等。

要提醒的是，这些药品绝大部分是非处方药，即OTC药，安全性相对较高，不需要到医院挂号、找医生开处方取药，患者可以自行判断、购买和使用。

此外，也可以看到，药品选择种类繁多，市民不必盯着个别“网红药”，更不要因为没有抢到“网红药”而焦虑不已。

提醒2：选择合适药品防止过量服用，以免发生不良反应

具体到服用这些药物时，中山医院药剂科药师提醒，有几点注意事项请大家牢记。

首先，针对不同症状，选择合适药品，不要重复用药。比如，如果买到的是复方制剂，或含有西药成分的中成药，务必仔细阅读说明书，可能具有相同的药物成分，要防止同类药物重复、过量服用。

其次，对乙酰氨基酚，每日剂量不要超过2g，24小时内服药不得超过4次；布洛芬要根据不同剂型，按药品说明书服用，用于退热一般不超过3天。

此外，如果合并有腹泻症状，不要服用连花清瘟颗粒/胶囊；氯苯那敏、氯

雷他定、西替利嗪等可能有嗜睡的副作用，服药期间不要开车或做其他需要高度集中精神的工作；藿香正气水含酒精，酒精过敏者不要服用，要注意，跟某些头孢菌素、甲硝唑等药品不能一起服用，以免发生不良反应。

提醒3：孕妇等特殊群体用药前，最好咨询专业医师

针对孕妇、儿童、老人等特殊人群，用药前最好咨询专业的医生或药师，仔细阅读药品说明书，注意说明书中标注的用药禁忌和注意事项。对此，中山医院药剂科专家提醒：孕妇如果需要退烧，可以选择对乙酰氨基酚。如果处于哺乳期，可以选择对乙酰氨基酚或布洛芬，建议在哺乳后服药，拉长服药与下次哺乳的间隔时间，减少药物在体内的蓄积。

儿童用药时，退烧可以选择布洛芬（适用于6个月以上儿童）或对乙酰氨基酚（适用于3个月以上的儿童），注意根据年龄和体重调整剂量。老年人由于往往合并基础慢性病，服药期间尤其要注意药物之间的相互作用，必要时咨询医生和药师。

提醒4：识别身体发出“信号”，判断是否需要就医

“对大部分人而言，奥密克戎新冠

感染是能自愈的，通过居家隔离和服用相应药物对症治疗后能在7-10天里获得明显好转或康复，如经居家药物治疗后无好转或出现病情加重甚至危及生命的情况，应及时就医。”中山医院药剂科提醒，这些信号有助于大众及时识别，判断自己或家人是否需要就医：

第一，呼吸困难或气促。如有明显呼吸困难、喘不过气的情况，可用指尖氧饱和度仪测量，如氧饱和度降至95%以下或有不能缓解的胸痛、意识混乱，及时就医。

第二，服用退烧药后，体温仍持续高于38.5℃，超过3天。

第三，持续不能饮食，或腹泻超过2天。部分感染者会伴随胃肠道症状，常见的是厌食、腹泻。如果出现症状后2天，经适当空腹或服用止泻药后症状没有改善，且出现嘴巴干、小便量减少等脱水症状，建议就医处理。

第四，原有基础疾病明显加重且不能控制。有些患有慢性病（如糖尿病、高血压）的人群，若出现血糖、血压控制不佳等情况，及时咨询医生或到医院就诊。

第五，密切关注特殊人群的健康监测。比如，儿童出现嗜睡、持续拒食、持续腹泻或呕吐等情况；孕妇出现头痛、头晕、心慌、憋气等症状，或出现腹痛、阴道出血或流液、胎动异常等情况，及时送至医院就诊。

国务院联防联控机制综合组近日印发《加强老年人新冠病毒疫苗接种工作方案》，提出加快提升80岁以上人群接种率，继续提高60-79岁人群接种率。为什么老年人感染新冠病毒更易出现重症情况？80岁以上老年人接种新冠病毒疫苗必要性大吗？围绕社会热点关切，国务院联防联控机制有关专家作出解答。

1.问：与其他人群相比，为什么老年人感染新冠病毒更易出现重症情况？

答：老年人感染新冠病毒后，导致重症和死亡的比例在所有人群各个年龄段中最高，其主要原因有三个：一是随着年龄增长老年人的免疫力在减弱；二是老年人一般感染病毒或细菌后，自身免疫发生率增加，更易出现炎症反应；三是老年人大多有基础性疾病，感染病毒会导致原有疾病症状更严

老年人感染新冠病毒为何更易出现重症？

——权威专家解答防疫热点问题

重或更易出现合并症。因此，全球免疫策略一直把老年人和有慢性病等基础性疾病的人作为疫苗接种的优先人群。

2.问：80岁以上老年人接种新冠病毒疫苗的必要性大吗？

答：新冠肺炎疫情发生以来，病毒一直在变异，奥密克戎变异株对于未接种新冠病毒疫苗的老年人来说依然是危险的病毒。当前疫情形势仍然严峻复杂，疫苗接种在预防重症、死亡等方面仍具有良好效果，老年人等脆弱人群接种新冠病毒疫苗获益明显。研究

显示，80岁以上老年人如果未接种新冠病毒疫苗，其死亡风险约为14.7%；如果接种了1剂疫苗，死亡风险就降至7.2%；如果接种了2剂疫苗，死亡风险就降至3.7%；如果接种了3剂疫苗，死亡风险就降至1.5%。

此外，高龄老年人即便长期居家、很少外出，在亲属陪伴或走访过程中仍有可能感染。因此，80岁以上老年人有必要接种新冠病毒疫苗。

3.问：老年人接种新冠病毒疫苗是否安全，不良反应发生率会比别的人群

更高吗？

答：老年人接种新冠病毒疫苗是安全的。由于老年人基础性疾病较多，一些人担心接种新冠病毒疫苗后会出现不良反应。中国疾控中心对我们已经开展接种的超过34亿剂次、超过13亿人的不良反应监测发现，我国新冠病毒疫苗的不良发生率与往年常规接种的其他一些疫苗相当，而且老年人的不良反应发生率还略低于年轻人。

新华社记者
(新华社北京12月11日电)

新征程 奋进者

■本报记者 周辰

作为竞技运动，电竞与传统体育一样，鼓励参赛者努力奋进、坚持不懈、团结协作。就在上个月，国际奥委会宣布首届奥林匹克电子竞技周将于明年举行。上海有这样一群人为之摩拳擦掌。

电竞，正是上海加快推进数字文化产业全球化发展的重要抓手和爆点，亦是未来潜在的增长点。截至去年，全国80%电竞公司、俱乐部、明星团队落户上海，全国有影响力电竞赛事超四成在上海举办，上海电竞市场的整体规模达283亿元。产业快速迭代，相关规划也逐步完善，志在打造“全球电竞之都”的上海在全国率先推出电竞行业相关标准和管理办法，仅去年出台的相关政策数量居全国首位。

全新的赛道，发展的风口，需要有为、善为的青年。EDG电子竞技俱乐部总教练姬星，正是这样一个抢抓机遇的年轻人。短短数年，他从电竞“门外汉”到全球首个大满贯教练，不仅带出了横扫劲敌的世界顶尖队伍，更一手建立起国内电竞行业标杆性的运营体系和训练体系，成为行业内闪闪发光的榜样。

当代青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。姬星表示，“EDG正为下一届亚运会积极筹备和训练，继续以优异成绩向社会传播电竞运动有梦就追、奋力拼搏的体育精神。”

敢想敢为，从歌者到“电竞大神”

熟悉姬星的人，还是习惯叫他“阿布”。这个名字里，藏着他人行前的人生轨迹：临近大学毕业，姬星都还沉浸在音乐的世界里，当时的声乐老师帮他起了这个名字，由Aaron这个希腊语音译而来，“意为智慧”。

彼时，老师的鼓励“只要敢想，就一定做成”，也成了姬星的人生信条，尤其是在接触到英雄联盟之后。一开始上手很慢的他，对这项运动产生了浓厚的兴趣，便兴冲冲报名加入了一家电竞俱乐部。

在这里，他敏锐地察觉到了一片蓝海：21世纪的前十年，国内电竞尚无“行业”一说，队伍零散，没有经纪人、电竞主播、赛事运营等。

“我开始照顾大家的衣食住行，也启动了相关组织与训练”，姬星在俱乐部承担了除参加比赛之外的所有事务，完成了电竞俱乐部社会化和职业化的第一步。效果立竿见影：2012年入行当年，姬星就和队友们一起拿下了中国英雄联盟历史上第一个世界冠军。2014年加盟EDG后，在他执教下，EDG共计夺得5届（6个）德玛西亚杯冠军、5届（6个）英雄联盟职业联赛冠军。

从EDG发展出的领队、经理、教练、分析师等多个职业，逐渐形成了国内电竞行业细分岗位的雏形。“看到队员们的成绩越来越好，觉得幸运外，姬星开始萌生了想法，要在这片宽广的平台上，施展拳脚，改变行业、塑造行业，推动一切向着更积极正向的方面发展。”

热血热爱，亚运金牌激励行业发展

夺冠，是竞技体育魅力的一部分，电子竞技亦是如此。那些外人眼中凭借“天赋”横空出世的选手，背后是要靠高强度训练磨练角色技能；一支有能力向世界冠军发起冲击的竞技队伍，更离不开专业化、全周期的运营管理团队。

2018年6月，姬星被任命为雅加达亚运会英雄联盟电子体育项目中国代表队总教练，选手则从各俱乐部临时抽调。“恰逢联赛期，备赛时间短”，姬星和队员们顶住压力，在决赛中3:1战胜韩国队。“电子竞技场上，看到升国旗奏国歌的场景，内心的自豪感油然而生！”

这枚金牌带来更多的改变。姬星将参与亚运会的经验与教训，写入他参与编纂的电子竞技系列教材，提出电竞产业运营理念，推进梯队建设和青训体系，在行业内率先走出一条职业选手身体、心理双重健康发展的规范之路。

在他推动下，2019年，EDG电竞俱乐部成立了全国首个电竞战队党支部——上海阳川电子科技有限公司党支部。目前，姬星在EDG担任党支部书记，支部党员共有5名，EDG建队元老、英雄联盟职业联赛001号选手明凯，便是由“阿布”介绍入党的全国首位电竞职业选手。

“电竞选手普遍非常年轻，人生阅历不足，更需要引导他们树立正确的三观”，姬星希望以此助力中国电竞行业发展，扩大电竞行业正面影响力，“这样才能走得更快更好更远”。



人物小传

姬星，男，1988年出生，中共党员。现任EDG电子竞技俱乐部总经理兼总教练、上海阳川电子科技有限公司党支部书记。2018年作为英雄联盟项目国家队总教练，带队出征雅加达亚运会一举夺得金牌。2022年，获评团市委等选树的“新时代上海闪光青年”。
本报记者 赵立荣摄

从“缴旧寄新”到“直接打印”， 新生儿申报户口两天搞定

长三角跨省新生儿入户服务再升级

本报讯（记者周辰）近日，市民周先生在徐汇区漕河泾社区事务受理服务中心领到了儿子的《居民户口簿》信息页，成为“长三角区域跨省（市）新生儿入户服务”由“缴旧寄新”升级到“直接打印”的首位受益者。

周先生夫妻长期在上海工作生活。随着“长三角区域跨省（市）新生儿入户”再升级，周先生在上海居住地的派出所就可以为孩子申请办理入户手续，从提出申请到领取《居民户口簿》仅用了两个工作日。

据市公安局人口管理办公室信息管理处处长冷翠红介绍，“长三角区域跨省（市）新生儿入户服务”于去年11

月23日试点上线，深受地区居民欢迎。但受限于当时技术及硬件的制约，故采用跨省“缴旧寄新”模式予以办理——受理地收缴旧的《居民户口簿》，由户籍地邮寄一本新的《居民户口簿》（记载新生儿信息）给申请人。

今年，在沪苏浙皖四省市公安部门不懈努力下，最终“长三角区域跨省（市）新生儿入户服务”升级到“直接打印”，解决了异地受理户籍事项、异地打印《居民户口簿》并加盖户籍地户口专用章等多项“跨省通办”领域的难题，为长三角群众构建了更为便捷高效的跨省户籍服务新方式。