

科学精准防控疫情 守护健康平安家园

当前疫情十大热点问答

康复后二次感染的概率有多大?是不是“早阳早好”?能否及时监测到病毒最新的变异情况?……针对当前公众关切的诸多疫情热点问题,国务院联防联控机制专家作出解答。

热点一:病毒是否存在多个“版本”且北强南弱?

近期,网络上出现一种说法,认为南北流行的奥密克戎变异株不同,导致北方的感染症状比南方的更明显。

中国疾控中心病毒病预防控制所所长许文波介绍,我国现阶段流行的新冠病毒以奥密克戎变异株BA.5的亚分支BA.5.2和BF.7为主,其中,北京流行的变异株以BF.7为主,广州流行的变异株以BA.5.2为主。

从临床医学角度看,两种略有不同的毒株是否有症状强弱之分?首都医科大学附属北京朝阳医院副院长、北京市呼吸疾病研究所所长童朝晖表示,只要这个病毒还是奥密克戎分支,毒性、致病力和传染性不会有本质改变。至于有人会发生咽痛明显一点,有人咳嗽明显一点,主要还是因人而异,同自身免疫力、年龄、基础疾病等有关。

热点二:康复后二次感染的概率高吗?

部分群众非常关心,自己感染奥密克戎并康复后,是否会二次感染?

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强介绍,二次感染是指感染康复后,经过一段时间再次感染新冠病毒,常常由于新冠病毒变异导致。从二次感染出现的时间来看,一般有一段间隔期,不会说感染以后很快二次感染,同一毒株的二次感染概率极低。

王贵强表示,二次感染主要是指变异株的突破性感染,突破性感染的时间间隔和临床表现是密切相关的;间隔时间越短,症状越轻,间隔时间长了以后症状就偏重,这和人体内的免疫抗体有直接关系。

热点三:康复者为什么有的“复阳”?

不同于二次感染,“复阳”指的是感染者在同一感染周期中两次出现阳性结果。

王贵强表示,准确地说,“复阳”应该叫“再检出”,在既往研究中并不鲜见。实际上病毒核酸持续存在,只是因为检测、采样方法不规范以及排毒的间歇性,导致出现时阳时阴的情况。是否“复阳”,应该以核酸检测作为标准。

王贵强介绍,从传染性来看,以往大量研究中没有从“复阳”感染者体内分离到病毒,也没有看到其导致进一步的传播,因此,“复阳”以后的传染性是极低的。从危害性来看,只有个别出现咳嗽、不适等残留症状,“复阳”的人群基本没有症状。

热点四:是不是“早阳早好”?

王贵强表示,奥密克戎的致病力明显下

降,但感染后仍有部分人出现临床症状,包括发热、肌肉关节酸痛、咽喉肿痛等表现,会严重影响生活质量和正常工作。为避免短时间内出现大量病人,对医疗机构造成巨大压力,专家不主张、不建议主动感染病毒。老年人尤其是没有打疫苗的老年人,一定要做好防护,尽量不要在第一轮流行高峰感染。

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆表示,感染奥密克戎之后,仍存在重症和死亡的风险。这种风险在各个年龄段都会有所体现,老年人、有基础性疾病的老人风险比例会更高一些。接种疫苗可以降低这种风险,建议尽快接种疫苗或完成加强接种。

热点五:居家患者如何判断症状加重需尽快就医?

奥密克戎病毒致病力下降,从目前数据看,感染后大部分表现为轻型或无症状,重症病例非常少,大部分感染者都可以居家监测和治疗。如何判断症状加重需尽快就医?

王贵强介绍,一是出现呼吸困难和胸闷;二是经过药物治疗后仍发烧超过38.5℃,持续3天以上;三是原有基础病加重,用药也控制不住,或出现胸前区疼痛;四是儿童出现嗜睡、呕吐、腹泻、拒食等情况;五是孕产妇出现头痛头晕、心慌气短或者胎动异常等情况。

中日友好医院呼吸中心副主任杨汀提醒,有呼吸疾病的患者感染后容易给原发基础病带来进一步变化,患者可以通过及时监测血氧饱和度,了解病情是否有变化。

热点六:部分地方买药难何时能缓解?

近期,部分地方感冒药、退烧药紧缺。工业和信息化部消费品工业司副司长周健表示,正在千方百计推动企业迅速稳产达产,扩能扩产,加大重点药品市场供给。我国医药工业基础坚实,相关药品的产能会很快得到释放,能够有效保障群众的用药需求。

精准投放药品,是解决资源错配、避免药物浪费的关键。周健表示,已经指导各地有关方面制定工作方案,按照患者优先、精准投放的原则,优先保障医疗机构、养老院等重点场所药品供应。同时,组织大型网上药店开发患者线上购药平台。

热点七:能否自行服用抗新冠病毒药物?

王贵强表示,第九版诊疗方案中推荐了三种抗新冠病毒药物,包括单克隆抗体、奈玛特韦片/利托那韦片组合包装和阿兹夫定,早期使用都可能减少重症的发生,缩短病程、缩短病毒排毒的时间。但这三种抗新冠病毒药物都应在医疗机构和医生的指导下合理使用。

其中,单克隆抗体需要静脉给药,需要在住院期间使用,在门诊或者家里不适合使用;奈玛特韦属于小分子抗病毒药,适应症人群

是轻型和普通型,使用时要特别注意药物之间的相互作用;阿兹夫定可以用于治疗新冠肺炎,但有一些注意事项,需要在医生的指导下使用。

热点八:发热门诊排队长队问题如何解决?

近一段时期来,部分城市发热门诊的诊疗需求增加比较快,供需矛盾比较突出。

国家卫生健康委医政司司长焦雅辉表示,有关部门已采取了一系列措施,包括要求所有二级以上医院和基层医疗卫生机构都要开设发热门诊或发热诊室,进一步简化发热门诊就诊流程,很多地方也开设了发热门诊的简易门诊。

同时,推动分级诊疗,大力推动互联网医疗服务。焦雅辉介绍,基层主要是实施健康监测,特别是重点人群的健康监测和健康管理;二级医院提供技术、人力各方面的支持保障,满足一般诊疗的需求;三级医院重点满足急危重症患者的诊疗需求。通过这些方式,削减医疗机构瞬时的就诊高峰,降低交叉感染的风险。

热点九:如何保障老人、孕产妇、慢病患者基本医疗服务?

国家卫生健康委医疗应急司副司长高光明表示,已要求基层医疗机构对空巢独居的老年人、孕产妇、有基础疾病的患者、血液透析患者等特殊人群,建立台账,做好必要的医疗服务保障。

同时,也要做好相应的转诊衔接工作。高光明表示,轻症、无症状和基础性疾病,进行居家治疗。对于重症和有重症高风险因素的患者,可以到定点医院进行救治。要把宝贵的120急救资源留给行动不便或者急危重症的患者使用,保障120生命通道始终高效畅通。

热点十:能否及时监测到病毒最新的变异情况?

许文波介绍,疫情防控策略优化之后,中国疾控中心病毒病所根据多个新冠病毒亚型在我国共循环的现实情况,制定了我国人群新冠病毒变异株监测工作方案。方案要求每个省选三个城市,每个城市选一个哨点医院,每个哨点医院每周采门诊急诊病例15例、重症10例和所有死亡病例的标本进行基因组测序和分析,并且在一周内上传测序数据。

许文波表示,通过该方案的实施,可以实时动态监测奥密克戎系列变异株在我国流行的动态和各个亚型的构成比例,以及具有潜在生物学特性改变的新变异株的临床表现、传播力、致病力等,为疫苗研制、核酸和抗原等诊断试剂评价提供科学依据。(新华社北京12月21日电)

2023年贺岁纪念币陆续发行



1克圆形普制金质纪念币正面图案



1克圆形普制金质纪念币背面图案

据新华社电 记者12月21日从中国人民银行获悉,人民银行定于2022年12月22日起陆续发行2023年贺岁纪念币一套。该套纪念币共3枚,其中金质纪念币1枚,银质纪念币1枚,双色铜合金纪念币1枚,均为中华人民共和国法定货币。

该套金银纪念币正面图案均为中华人民共和国国徽,并刊国名、年号“2023”;背面图案均为“福”字、舞狮造型等组合设计,并刊面额。1克圆形金质纪念币最大发行量100000枚,8克圆形银质纪念币最大发行量1500000枚。该套金银纪念币由中国金币集团有限公司总经销。

2023年贺岁双色铜合金纪念币正面图案为“中国人民银行”“10元”字样,汉语拼音字母“SHIYUAN”及年号

“2023”,底纹衬以团花图案;背面主景图案为中国传统剪纸艺术与装饰年画元素相结合的兔子形象,衬景图案为花灯和桂枝、桂花,币面左侧刊“癸卯”字样。该双色铜合金纪念币发行量1.2亿枚。

该双色铜合金纪念币采取预约兑换方式发行,由中国工商银行、中国农业银行、中国银行、中国建设银行、交通银行、中国邮政储蓄银行、华夏银行、浦发银行、平安银行、徽商银行、长沙银行、陕西省农村信用联社共同承担预约兑换工作。承办银行将于2022年12月27日至29日办理2023年贺岁双色铜合金纪念币的预约业务。公众可通过承办银行官方网站等线上渠道或在营业时间内前往承办银行公布的预约兑换网点进行预约登记。

陕西青年科学家大会举行

本报讯(霍强)近日,2022陕西青年科学家大会在西咸新区举行。大会以“创新·青年·未来”为主题,由省科协主办,采取线上线下方式同步举行。

中国科学院院士、西安交通大学教授管晓宏,中国工程院院士、武汉纺织大学教授徐文林分别作了题为《网络与智能时代的信息物理融合系统》《人因材料与智能防护技术发展现状与趋势》的主旨报告。西北工业

大学教授晋操、陕西科技大学教授陆赵倩、西安工程大学教授樊威分别作了专题报告。五位报告人围绕各自研究领域,结合自身工作经历和学术前沿,为广大学子带来了一场精彩纷呈的学术盛宴。此次大会旨在搭建高层次学术交流和科技服务平台,展示最新创新创业成果,助力青年人才能在科技创新和经济社会发展中发挥积极作用。



12月22日,冬至当天,西安市新城区西一路街道总工会与德润环境有限公司积极对接驻地餐饮企业南方酒店、明

阳楼为辖区190名保洁员送上热气腾腾的饺子,让他们感受到冬日的温暖。本报记者 刘强 摄

商洛市市场监管局:全市零售药店退烧药拆零限量销售

本报讯(来尚)12月21日,商洛市市场监督管理局发出通知,要求全市零售药店即日起实行退烧药拆零限量销售,有效应对退烧类药品市场紧缺问题,保障群众用药需求,优化药品配置,避免药物浪费。

通知明确,消费者在药店购买布洛芬、对乙酰氨基酚片(含缓释片、胶囊、颗粒)等退烧

药时,每人限购不超过相对应的药品说明书3日用量,防止囤货不用、用者无货。通知要求,药店在拆零销售相关退烧药时,要灵活选择多种方式为消费者提供相对应的药品说明书信息,同时提醒消费者服用该药品的禁忌症等注意事项,确保消费者用药安全。要严格执行药品拆零管理制度和操作规程,做好记录,

严防药品污染,保证药品质量。要加强安全用药宣传,引导群众合理用药,按需购药,不盲目囤药。各县区市场监管局要加强市场巡查,确保此项工作贯彻落实到位。

商洛市市场监督管理局相关负责人表示,此工作为临时措施,待全市退烧药品市场供应紧张得到缓解后自行取消。

降低老年人感染风险

临潼区免费发放2万余袋中药汤剂

本报讯(骆妍)为进一步降低老年人感染新冠肺炎风险,保障老年人身体健康,12月21日,西安市临潼区免费为辖区60岁以上未接种新冠病毒疫苗的老年人发放2万余袋中药汤剂,并公开中药汤剂成分。

据介绍,本次中药原材料由西安中药集团临潼分公司赞助、临潼区中医医院统一煎制。此次免费发放的方药“百芦御感汤”主要由百合、石斛、芦根、桑叶等药物组成。其中,百合

作用平和,能养阴润肺;加石斛滋胃阴兼清胃热,配桑叶与桔梗,既能开宣肺气、清肺热又能润肺燥。

结合前期防疫抗疫经验,临潼区气候特点和人群体质特征,临潼区疫情防控指挥部统一组织、统一煎煮、统一发放。按照前期详细摸排的重点人群密度,12月21日,先向骊山街道等13个街道2750人免费发放中药汤剂16500袋,由相关街道工作人员统一领取,分发到各社区、

村、组后,再根据具体统计情况上门发放。其余10个街道将于12月22日全部领取。

此外,为方便广大群众发热就医咨询,临潼区公布全区32家基层医疗机构发热门诊咨询服务热线,开展线上诊疗服务,积极引导广大群众优先通过线上问诊、咨询等方式及时就医。同时,积极发挥中医药作用,社区卫生服务中心、镇卫生院中医馆全面启动,向群众提供中药饮片服务,为疫情防控工作贡献中医药力量。

“阳”过之后如何科学健身

专家:循序渐进,适量运动

感染新冠病毒康复后能马上开始运动健身吗?关于“阳”过之后如何运动健身的话题近日引起了不少市民的关注,对此,笔者采访了体育科研和运动处方方面的专家。

运动健身有助抗病毒,但需“循序渐进”

“根据研究显示,无论患者是否有慢性病,体育活动与新冠肺炎结果的改善之间都存在关联。平时坚持运动健身的人,其免疫系统会更加敏感,能够更快地捕捉病原体,随时以更好的状态应对病毒。”对于“运动健身有助于对抗病毒”的说法,陕西省体育科学研究所副所长、陕西省体育医院院长姚霖给出解释。

姚霖表示,康复之后,先不要开展剧烈运动。最近有一些人康复后立刻投入紧张忙碌的工作中,会感到疲惫、乏力、头晕,身体状态不如以前。建议这个时候先不要进行剧烈运动,一定要牢牢记住“循序渐进”这四个字,逐步地恢复到以前的活动量、工作量,不要急于求成。

无须担心心肌炎,监测心率有必要

近来,关于“阳”过之后恢复运动易患心肌炎”的说法,也让不少喜欢运动健身的群众很焦虑。对此,姚霖表示,新冠初愈后如果患上心肌炎,往往也是因为在新冠病毒感染时侵犯了心肌,和运动本身并没有直接关系。如果在生病之后感觉到有明显的、前所未有的心慌以及胸闷等现象可以去医院做一个专业检查,不过大多数人都不会有这种担心。

随后,姚霖还给出了新冠康复后恢复运动时,最为简便易行的监测运动强度是否合理的方法:随时测心率。“在运动的时候,强度最好一开始不要太大,保持在能和别人正常说话、交流的水平就可以。具体来说,就是在运动时心率最好不要快速超过120次/分钟。”

在安全的前提下分五个阶段进行

国际级运动处方师、陕西省体育科学学会

瑜伽科学研究中心主任、陕西省科学健身宣传大使谢芳向笔者介绍了世界卫生组织发布的新康复后“体力活动与锻炼”方法,在安全的前提下分五个阶段进行。

“第一阶段是为恢复锻炼做准备,可以进行有控制的呼吸练习,以及速度较慢的步行、拉伸和平衡训练。第二阶段是低强度活动,例如稍长时间的散步或者小强度的家务,可以逐渐将每天的锻炼时间增加10至15分钟。第三阶段是中等强度的活动,快走、上下楼梯、慢跑,可以适当增加一些力量锻炼,还可以在室内用弹力带或哑铃进行一些抗阻训练。第四阶段是具有协调和有效技能的中等强度练习,可以进行普通配速的跑步,以及骑自行车、游泳、瑜伽、太极拳、八段锦和舞蹈课等自己平时喜爱的健身项目。第五阶段是回归到日常锻炼,此时能够完成感染新冠之前的正常锻炼活动,并恢复到之前的运动水平。”谢芳说。(新鸣)

直言录

住房问题关系民生福祉,租房是新市民、青年人等群体解决住房问题的重要途径之一。有数据显示,目前在北京、上海、广州、深圳等大城市,租房人口占常住人口的

比例达40%以上。

从国务院办公厅印发《关于加快发展保障性租赁住房的意见》,到住房和城乡建设部等多部门通报在查处住房租赁中介机构乱象中的违法违规典型案例,近年来,有关部门聚焦问题、多措并举,着力加强对住房租赁市场的监管治理。“十四五”规划和2035年远景目标纲要明确提出:“加快住房租赁法规建设,加强租赁住房市场监管,保障承租人和出租人合法权益。”今年以来,多地新出台住房租赁相关政策措施及实施细则。北京、上海先后出台住房租赁条例,为大城市进一步规范住房租赁行业、持续加强市场监管提供了有益参考。

加强对住房租赁行业的监管,明确权责是基础。一些地方在实践中,划定了租赁双方的权利和责任,为维护各方权益提供了保障。例如,在房屋出租方面,明确建筑、面积、室内空气质量、卫生、环保等方面的要求。中介是租房的重要渠道,管好住房租赁行业,规范中介服务是有效抓手。在企业经

营方面,一些地方对住房租赁企业主体登记、房源信息发布、合同登记备案以及资金监管等提出要求。一些地方还对二房东的市场主体身份进行明确,并要求其收取的相关租金要纳入监管专用账户。

说一千道一万,保障安全是底线。如今,一些城市出现了隔断房、群租房等存在严重安全隐患的住房租赁模式。及时制定新规及细则,消除监管的模糊地带,为基层治理提供准确依据,才能有效规范住房租赁市场。

从更宽广的视野来看,治理租房市场问题,切实保障租客权益,还需正视大城市住房租赁市场结构性供给不足这一问题,并想方设法增加有效供给。近年来,我国加快完善以公租房、保障性租赁住房和共有产权住房为主体的住房保障体系,着力解决新市民等群体的住房问题。“十四五”时期,国内40个重点城市初步计划新增保障性租赁住房650万套(间),将使更多需要帮助的住房困难群众受益。

治国常,利民为本。保障和改善民生没有终点,只有连续不断的新起点。许多来到大城市、生活在大城市、奉献在大城市的人,内心渴望着“万家灯火,有我一盏”。加快建立多主体供给、多渠道保障、租购并举的住房制度,持续完善住房保障基础性制度和政策支持,定能让更多人租得起、住得好,托举起更多人的安居梦。(白之羽)

让更多人租得起住得好