

抗击疫情 我们在一起

疫情防控数字版特刊

2020年1月31日 星期五

责编:徐杰 创意:金霞 质检:王洋

“返程潮”就要来了,该如何应对? 全民戴口罩,有无必要?

国家卫健委邀请专家一一释疑

当前,新型冠状病毒感染的肺炎疫情的防控仍处于关键时期。29日,国家卫健委在北京召开新闻发布会,邀请中国疾控中心副主任冯子健、北京市方庄社区卫生服务中心主任吴浩介绍新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控公众指导建议有关情况。

“返程潮”就要来了,该如何应对?

冯子健表示,为全力降低春运返城潮可能带来的疫情风险,目前各地有关部门和专业机构均做了大量的准备工作。国家卫生健康委近日印发了一系列通知和技术指南,强化对防控工作的指导。中国疾控中心编写了公众预防的指南,设置了6个常见的、可能遇到的场景,提出了个人疫情预防建议。

“我们建议从离开疫情流行地区的时间开始,居民连续14天进行自我健康状况监测,每天要做两次。”冯子健说,社区卫生工作者要和返城人员进行联络,了解他们的健康状况是否出现变化。条件允许时,居民尽量单独居住,或者居住在通风良好的单人房间,并尽量减少与家人的密切接触,减少外出活动,了解返回地的发热门诊的分布,与家庭医生、社区医生保持联系。如果出现发热、咽痛、胸闷等可疑症状,根据病情及时就诊。

老年和儿童更易发生重症?

《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第四版)》明确,新型冠状病毒肺炎人群普遍易感,老年人及有基础疾病者感染后病情较重,儿童及婴幼儿也有发病。这是否意味着老年人和儿童发生重症和风险相对高一些?

冯子健表示,从目前疫情监测情况看,确实发现一些儿童和婴幼儿的病例,但是这些病例的临床症状、临床病情都比较轻,重的还是以中老年人为主。目前来看,中老年人,主要是有慢性基础病的老年人,发生重症和风险相对高一些。

冯子健建议,在疫情防控过程中,特别是在疫情发生强度比较高的地区,要加强对儿童和老年人的保护,老年人外出时要尽量减少到公共场所活动,尽量减少乘坐公共交通工具,必须要出行时要尽量做好个人防护;在家庭中,教育孩子要减少外出,特别是减少到人员密集的场所去活动,如果家里人出现了相应的上呼吸道感染的疾病,要注意做好对儿童和幼儿的保护。

全民戴口罩,有无必要?

冯子健表示,佩戴口罩首先要基于个人暴露于疾病的风险来考虑。直接照料和服务于患者的医务人员是风险最高的,他们要严格按照医院感染防护的要求佩戴符合生物安全等级、符合感染防控要求的口罩或其他个人防护设备、器材。

对于公众而言,如果要到公共场

所,乘坐公共交通工具,这时候建议戴上口罩。如果个人独处、开车、散步,没有特别密集的人员接触,也可以不戴口罩,因为新型冠状病毒感染的肺炎通过近距离接触和飞沫传播,如果没有这种情形,戴口罩也是没有必要的。

此外,出现发热、呼吸道症状、急性上呼吸道感染的人员,不管是居家在自我隔离状态下,还是到医院就诊,乘坐交通工具,都要戴上口罩。不必每个场所、每个情形都佩戴口罩,大家应该有这样一个风险的判断。

要不要在社区内限制人员流动?

吴浩表示,隔绝疫情不是隔绝真情,适当的隔绝交通也是一样的。为了更好的隔绝疫情,必要时适当地控制人流,对防范疫情的传染很有必要。

如何开展基层医务人员的防控培训?

对于大众而言,“新型冠状病毒感染的肺炎”仍然是一种十分陌生的疾病。为提升基层卫生服务机构的防控意识和认识水平,国家卫健委及时向各社区医疗服务机构下发新型冠状病毒感染的肺炎的各类指导文件以及防控方案。

吴浩介绍,以北京市为例,市卫健委及区卫健委都会及时督导基层医务人员培训和学习。通过采取在线学习、开通网络专项视频模块的方式,方便医务人员灵活安排学习,加强自我防护和技术水平,确保医务人员不被感染。

“同时,这种培训我们不光是培训自己,也培训居委会的干部和防控成员,形成群防群治格局。当然,在工作中我们需要不断完善工作方式,在解决问题中增加我们的防控能力。”吴浩说。

怎样支持和配合社区医务人员的工作?

据媒体报道,全国多个地方都出现了一些群众不太配合疫情防控工作,甚至有一些遏制工作人员执法的行为,给疾病预防带来一定压力和阻力。

吴浩认为,疾病进展早期,百姓都会有不同程度的恐慌心理,随着疫情的发展和相关新闻信息的大量传播,公众和医务人员应该达成共识,即早发现、早报告、早隔离、早诊断、早治疗。目前而言,我们仍然要发挥和动员社会的全部力量去进行网格化、地毯式管理,实现综合性的防控,才能防止疫情的输入、蔓延、输出,最终控制疾病的传播。

吴浩呼吁,面对密切的社区居民,作为基层社区卫生服务机构,在此次疫情防控中,既要承担网点的责任,又要保障居民的基本医疗和基本公卫需求,“其实工作量是巨大的,责任也很大,所以我们特别希望居民的理解和主动配合,主动报告、主动隔离、主动参与防控,共同携手共建群防群控,早日战胜疫情。”

(据新华网)

“新型冠状病毒”手册 之 预防篇

如何进行预防? 根据中国疾控中心 and 世界卫生组织专家方专家的指点,公众预防应注意以下四个方面:

- 1 勤洗手**
 - 制备食品之前、期间和之后 手脏时
 - 咳嗽或打喷嚏后 照顾病人时
 - 在处理动物或动物排泄物后 饭前便后
 - 立刻用肥皂、含有酒精的洗手液和清水洗手
- 2 主动防护**
 - 在自己咳嗽或打喷嚏时 应用纸巾或袖口或屈肘将口鼻完全遮住,并将用过的纸巾立刻扔进封闭式垃圾箱内,并洗手
 - 易感人群应避免去人群密集的公共场所 可佩戴口罩减少接触病原风险
 - 避免在未加防护情况下与病人密切接触
 - 注意保持家庭和工作场所开窗通风,环境清洁
- 3 避免密切接触**
 - 避免未加防护与养殖或野生动物 避免与生病的动物和变质的肉接触
 - 避免与生鲜市场里的流浪动物、垃圾废水接触
- 4 良好安全饮食习惯**
 - 将肉和蛋类 彻底煮熟食用
 - 处理生食和熟食之间要洗手
 - 切菜板及刀具要分开

春节期间有什么需要注意的? 国家卫健委高级别专家组成员对春运出行的民众发出提示:

- 如果感觉到身体不舒服,或者有发热的情况不要出行
- 对于发热还要坚持回老家的人,相关部门检测到后应强制性禁止
- 注意洗手、保持睡眠
- 别带病工作、带病旅游
- 改变饮食习惯,不要再吃野味

如何选择口罩? 国家卫健委高级别专家组成员钟南山院士指出: 要戴口罩,但并不一定要戴N95,因为病毒并非单独存在,而是存在气溶胶中,一般外科口罩还是能阻挡大部分黏在飞沫上的病毒,阻止它们进入呼吸道。

如何正确洗手? 牢记七字诀: “内-外-夹-弓-大-立-腕”

国家卫健委高级别专家组成员 钟南山院士出品
 监制:李强 策划:周 编辑:李松 审核:王 审核:王
 设计:周 设计:周 设计:周 设计:周
 联系电话: 010-68896320
 微信: 010-68896320
 更多精彩内容: http://news.cnr.com.cn