

老年人感染后如何居家治疗

——国务院联防联控机制新闻发布会回应热点问题

疫情之下,重点人群的健康牵动着每个家庭的心。老年人感染后居家治疗该注意什么?孕产妇如何做好防护避免感染?儿童发热后什么情况下需要就医?心血管疾病患者如何平安度过冬天?国务院联防联控机制13日举行新闻发布会,就相关热点问题作出回应。

老年人如何应对新冠肺炎疫情?

► 预防第一

“老年人一旦患病,较年轻人来说,重症发生率相对较高,是特别需要保护的人群,预防是第一位的。”北京医院呼吸与危重症医学科主任李燕明建议,老年人还是要接种全程疫苗和加强疫苗,可明显降低重症感染发生率。

李燕明呼吁,老年人近期减少外出,特别是避免去人群比较聚集的密闭场所,尽可能减少接触外界环境。同时规律生活,不要太过紧张,保证营养,但也不要暴饮暴食,尽可能减少烟酒的接触。

老年人一旦感染,李燕明建议,少食多餐,避免出现呕吐,少量多次补充适量水分,保证睡眠。老年人要更加慎重使用退热药物,烧得越高用药越慎重,以防一次大量出汗造成虚脱甚至低血压,还要避免多种药物共同使用。

此外,对于合并基础疾病的老年人,要加强基础疾病的管理。李燕明提示,不能因为害怕去医院取药而停药。一些基础疾病本身不太稳定的,比如有严重呼吸系统疾病的,或有严重心脏基础疾病的,或80岁以上高龄老人没有接种过新冠疫苗的,这些人群是高危人群中的高危,需格外重视观察监测。

孕产妇感染新冠病毒是否会传染给胎儿?

► 几乎不会

“对于孕产妇来说,预防最重要。有可能的话,还是尽可能少到公共场所去,不聚会、不聚餐。”北京大学第三医院院长、中国工程院院士乔杰说,与此同时,还要确保均衡的营养、充足的睡眠、积极乐观的心态。

孕产妇万一感染新冠病毒会出现怎样的症状?如何居家治疗?

乔杰说,从全国产科质控专家组汇总的国内情况和国际报道看,孕产妇感染新冠病毒之后,发病率、症状、病程都和普通人群接近,症状主要还是上呼吸道感染,病程也基本是5至7天。

当孕产妇出现发热、干咳等呼吸道症状时,可以多喝水,采用物理降温或者选择孕产妇可以用的中药。超过38.5摄氏度,可以选用对乙酰氨基酚治疗,这是对孕产妇相对安全的。要特别注意,退烧药要选用单一的药物,不要进行叠加,这样可以减少可能的肝肾损害。

“孕产妇要注意三个监测:体温、心率、血压,孕晚期的孕产妇还要做好胎动的监测。如果持续发热3天以上,用了退烧药没有好转,或者出现了胎动消失、胸痛、胸闷、腹痛等,要及时和助产机构联系,及时就诊。”乔杰说。

“因为母体有胎盘这个非常好的保护屏障,孕产妇感染新冠病毒之后,几乎是不传染给胎儿的。”乔杰说,但如果是产后,妈妈、宝宝在一起的话,还是要注意隔离,宝妈在空间上最好和新生儿有一定的隔离或者戴N95口罩,可以母乳喂养。

儿童发烧需要立马去医院吗?

► 视情况而定

“冬季是儿童呼吸道感染高发季节。引起儿童呼吸道感染的病原体很多,以病毒为主,比如鼻病毒、副流感病毒、流感病毒等,新冠病毒也是引起发热、咳嗽等症状的病毒之一。”北京儿童医院主任医师钱素云说。

孩子发烧,是否应立马去医院?钱素云说,一定要看孩子的精神状态,如果孩子虽有发烧等症状,

但精神挺好,特别是退烧以后能吃能喝能玩,这时候就没必要特别紧张,也不需要马上去医院就诊,可以在家继续观察、对症处理。

钱素云表示,但如果发烧持续3天以上没有好转迹象,孩子精神不好,咳嗽进行性加重,影响到日常生活和睡眠,出现喘息、呼吸增快,甚至呼吸困难等情况时,要去医院就诊。另外,3个月以下的小孩一旦出现发热,还是建议及时就诊。

钱素云说,有孩子的家庭应该适当储备一些儿童常用的应急药物,但不推荐储备很多药物,如果储备很多保管不当的话,可能导致孩子误服。

“孩子发烧是经常会遇到的,对于6个月以上的小孩,可以选择布洛芬、对乙酰氨基酚,其中有一种就可以了;2至6个月的小孩,不适合用布洛芬,可选用对乙酰氨基酚;2个月以内的小孩,不推荐常规使用退烧药物,可采用物理降温等措施并及时就诊。另外,也可以储备一些清热祛痰的药物。”钱素云说,不主张两种退烧药同时服用,也没必要交替服用。

心血管疾病患者感染会导致原有病情加重?

► 克服恐惧心理

“原有心血管基础疾病的患者感染了新冠病毒也不必太担心。”北京安贞医院常务副院长周玉杰说,在家里一定要坚持治疗原有的疾病,一般都是冠心病、高血压或者心衰这样的疾病。

周玉杰介绍,除了高烧以后多喝水可能对心衰症状产生影响,治疗新冠肺炎的药物,比如缓解肌肉酸痛的用药等,目前尚未发现和心血管治疗药物之间的不良作用。

“很多心脏病患者都是由于恐惧导致疾病加重,要克服这种心理。”周玉杰说,心血管疾病患者要合理膳食、戒烟限酒、适量运动,并保持心态平衡。

“长期服用心血管疾病防控药物的不要停药,停药可能诱发或者加重疾病。如果有持续性胸痛,还是到医院进一步诊断和治疗。”周玉杰说。

(据新华社)

★ 相关新闻 ★



国务院联防联控机制专家:
60岁及以上老年人

接种新冠疫苗后不良反应并不多

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆13日在国务院联防联控机制新闻发布会上介绍,新冠病毒疫苗应用以来,从目前监测到的情况来看,60岁及以上老年人接种后,不良反应总体报告发生率略低于60岁以下人群,严重的不良反应发生率和其他人群发生的情况也基本类似,在百万分之一以下。

王华庆说,一些特殊体质的人群接种疫苗之后,会出现与接种无关的反应,包括一般反应和异常反应。不良反应当中绝大多数都属于一般反应,极少数的是异常反应。

针对接种新冠病毒疫苗之后多久能产生抗体的问题,王华庆表示,一般接种疫苗之后,人体在一周到两周的时间产生抗体。如果要产生比较高水平的抗体,大概在全程免疫之后4周左右。

“加强免疫之后产生抗体的时间更快、更短,产生的抗体水平也更高。”王华庆说,这也进一步提示,没有完成疫苗接种的老年人要尽快接种疫苗,获得更好保护。

(据新华社)