

平顶山日报社邀请疾控及医疗专家做客直播间答疑

# 这份疫情防护热点问答请收好!

□本报记者 王春霞 文/图

“结核病患者(感染了)会不会更严重”“发烧38.5摄氏度,应该用退烧药吗”“刚满3岁的孩子需要接种疫苗吗”……12月14日上午,平顶山日报社邀请市疾控中心免疫规划科副主任医师徐蕊、市第三人民医院(市传染病医院)结核三科主任孔群松来到平报融媒直播间,通过平顶山微报和平顶山日报抖音号解答网友关心的热点问题。近3万网友访问了直播间。

记者整理了直播过程中网友关心的一些热点问题以及两位专家的解答。



徐蕊和孔群松在平报融媒直播间回答网友提问

## 部分特殊人群也需接种新冠疫苗

●特殊人群特别是行动不便、生活半自理或不能自理的老年人,是否需要接种疫苗?老年人接种疫苗风险更大吗?

徐蕊:行动不便、生活半自理或不能自理的老年人即便不常出门,但是照顾他的家人可能将新冠病毒感染风险带回家,导致家中的老年人感染和发病。这类人群的基础疾病较多,体质比较弱,感染新冠病毒后,发生重症和死亡的风险也远高于其他人群。而接种新冠病毒疫苗后能降低感染、发病的风险,能显著降低感染后重症和死亡的风险。因此,老年人非常有必要接种新冠疫苗,除了保护自身,也能间接保护家人。

现在获批上市或紧急使用的新冠疫苗老年人都是可以接种的,并且在完成全程接种后,间隔满3个月就可以进行加强免疫接种,加强免疫可以选择同源加强也可以序贯加强,就是用和之前接种的一样的疫苗进行加强免疫,也可以选择其他技术路线的不同疫苗进行加强免疫。

就安全性来讲,国家疾控中心首席专家邵一鸣曾经讲过,我国疫苗附条件上市或获批紧急使用都有老年人参与的接种试验数据,在各年龄组安全性都很好。实际上,老年人疫苗不良反应发生率要低于其他年龄组。我国接种最多的疫苗是灭活疫苗和重组蛋白疫苗,其接种后的发热发生率为百万分之17.61,严重过敏反应更是低于千万分之一,目前使用的新冠疫苗安全性还是很好的。

●有网友问:我的孩子刚满3岁,需要打新冠疫苗吗?

徐蕊:按照我们国家的新冠疫苗接种策略,刚满3岁的孩子是需要接种新冠疫苗的。3岁以上的孩子接种的是灭活疫苗,包括北京科兴和国药集团的,这两种疫苗的安全性还是比较好的。

重要的话说三遍:

## 戴口罩 戴口罩 戴口罩

□记者 王春霞

本报讯 12月14日,市疾控中心向市民发出“全民戴口罩倡议”,呼吁市民科学佩戴口罩。

重点场所“全程戴”,进入重点场所做到“凡进必戴”,如医疗机构、养老机构、学校、托幼机构等重点单位;商超、农贸市场、餐饮、酒店旅馆、宗教场所、文体场馆、娱乐和休闲场所、交通场站等公共场所;乘坐飞机、火车、公交车、网约车、出租车等公共交通工具;人员密集的景区、露天广场、公园等室外场所;疫苗接种点、核酸采样点;其他人员密集的公共场所等。

重点人群“必须戴”,上述场所从业及直接接触邮政快递、外卖行业物品等岗位人员。

时刻牢记“科学戴”,倡议市民做好个人防护、“科学戴口罩”。

共同参与“全民戴”,每个人都是自身健康的第一责任人,也是群防群控中的关键力量,倡议大家规范佩戴口罩,养成随身携带口罩、出行佩戴口罩的良好习惯。

## 我们该如何做好自我防护?

●目前,新冠病毒毒株的有关情况(传染性、致病率、病毒主要表现)是怎样的?

徐蕊:当前流行的新冠病毒毒株为奥密克戎,具有免疫逃逸能力更强、潜伏期更短、隐匿性更强和传播速度更快的特点,但相比原始株和德尔塔变异株,其致病力和毒力显著减弱。

●面对疫情防控新形势,当下

我们该怎样做好日常自我防护?

徐蕊:大家应该掌握科学健康知识,持续提升个人健康素养。加强身体锻炼,坚持作息规律,保证睡眠充足,保持心态健康;健康饮食,戒烟限酒;做好每日健康监测,有发热、干咳、乏力、咽痛等症状时,及时关注或就医。

市民在日常生活中,要养成健康的生活方式,努力做到以下几点:

1.勤洗手。2.科学佩戴口罩。3.注意咳嗽礼仪。咳嗽打喷嚏时,用纸巾捂住口鼻,无纸巾时用手肘代替,用过的纸巾不乱丢。4.文明用餐。不混用餐具,夹菜用公筷,尽量分餐;在食堂就餐时,尽量自备餐具。5.遵守1米线。排队、付款、交谈、运动、参观、购物时,要保持1米以上社交距离。6.常通风。7.做好清洁消毒。8.保持厕所卫生。

## “阳”了应该怎么办?

●不同的人群,感染新冠后的发病时间和症状不一样,这是为什么?

孔群松:感染后的发病时间,受个人的身体状况、免疫状态、易感基因等多种因素影响,原来潜伏期是7天到15天,现在一般来说是3天到5天。随着病毒的变异,奥密克戎的传染性更强,潜伏期会更短一些。感染新冠后的症状与个人的体质和身体状况相关,有的会有发烧、干咳、浑身酸痛等症状出现,有的可能没有一点症状。同样的病在不同的人身上常会有不一样的表现。

●如果出现了一些新冠病毒感染症状,到底要不要去医院?哪些情况可以居家治疗?哪些情况应及时就医?

孔群松:如果是轻症或无症状群体,可以先居家观察,轻症可以对症服用一些药物,多喝水。如果症状不缓解,还出现了肺部气喘、气促等病情加重的表现,就要提高警惕,这时需要去医院发热门诊,在医生指导下进行治疗。

●如果居家治疗,需要做哪些准备?怎样做好健康监测?

孔群松:轻症患者可以居家治疗。家中可备一些退烧药,比如布洛芬缓释胶囊、尼美舒利等。家中最好备体温计或额温枪,建议体温39摄氏度以下用布洛芬,超过39摄氏度可以用尼美舒利。也可备一些清热解毒类的药物,轻症时可对症服用。

健康监测的话,最主要的是监测体温,最好用体温计,额温枪相对误差大一点。还要监测脉率,有条件的可以做一些血氧饱和的监测。

要对抵抗力比较弱的儿童和有基础疾病的老年人加强监测,以便早期发现病情加重的情况,及时去医院接受治疗。

●不少人囤积了药物,害怕感染后买不到药;不少人出现症状时自行用药,究竟哪些情况需要进行药物治疗?

孔群松:根据第九版新冠防控用药指南,轻症和无症状感染者都不需要用药。居家观察,多喝水多休息,就可以缓解。症状相对较重的,有发烧、头痛等症状的,可以用退烧药;有咳嗽、咳痰的,可以用一些止咳化痰药,清热解毒药也可以。没有必要囤药,那样会造成真正需要的人买不到药。如果需要用药而没有药,可以去医院发热门诊,平时家中不需要备太多的药。

●如果家里有人“阳”了,同住人员该怎样做,才能降低居家传播病毒的风险?

孔群松:如果家里出现阳性病人,室内要尽量多通风;家人之间保持一定距离,佩戴好口罩,最好不要一起用餐。阳性病人可以单间隔离,最好佩戴N95口罩,做到相对隔离;家具等物体表面可以用酒精进行擦拭消毒。

●有网友问:结核病患者感染新冠,症状会不会更严重?

孔群松:结核病患者如果感染了,症状可能会相对重一些,但是现在的新冠病毒的毒力变弱了,大家不必太担心,和普通人群一样,对症治疗就可以。如果是肺结核较重的病人,肺部破坏比较重的要注意,平时做好监测,出现缺氧、高热不退、脉率升高等情况需提高警惕,需要

住院治疗的及时到医院就医。

●疫情防控期间,居家室内消毒应该如何进行?

孔群松:对于家中消毒,最简单的是通风,一般在上午或下午有太阳的时候,让室内空气对流30分钟到1个小时;也可以用84消毒液对室内进行消毒,但要注意控制好浓度,以免浓度过高刺激呼吸道。应该注意的是,使用各种消毒用品要认真阅读说明书,按照说明书进行消毒。

●有网友问:康复后会重复感染吗?如果复阳会传染别人吗?

孔群松:康复后也可能二次感染,但一般会间隔3—6个月,因为体内有一定的抗体。即使真的二次感染,它的症状也不会比第一次更重,仍然对症治疗就可以了。复阳后的传染性要看它的病毒载量,如果病毒载量大的话,它的传染性可能就比较强。

●孕产妇如果感染会更严重吗?用药方面需要注意哪些?

孔群松:孕产妇免疫力相对低一些,但感染的风险和普通人群差不多。如果症状较重的话,不能因为怕影响胎儿而不用药。如果体温超过38.5摄氏度,可以用一些影响比较小的药物,比如对乙酰氨基酚。如果有咳嗽等症状,可以用一些清热解毒的中成药。如果体温低于38.5摄氏度,可以使用温水擦浴等物理方法降温。

●有网友问:新生儿出现感染症状该怎么办?

孔群松:婴幼儿小于3个月一般是不能用退烧药的,建议家长尽量去医院治疗。