

老年人感染如何居家治疗? 孕产妇、儿童如何做好防护?

——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。

“从目前监测情况看,60岁及以上老年人接种疫苗后,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人群基本类似,在百万分之一以下。”中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆说。

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烧药物,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
会否传染给胎儿?

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,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病高发季节。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,有孩子的家庭应当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
感染会否导致
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药物等,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。

新华社北京12月13日电



恢复进出京跨省团队旅游及“机票+酒店”业务

新华社北京12月13日电(记者杨淑君)北京市文化和旅游局13日发布通知,即日起,恢复旅行社及在线旅游企业经营在京团队旅游、进出京跨省团队旅游及“机票+酒店”业务。

通知表示,旅行社要按照文化和旅游部发布的《旅行社新冠肺炎疫情防控工作指南(第六版)》要求,落实好总体原则、行前管理、行程管理、企业内部管理、应急处置等有关疫情防控、安全生产和文明旅游各项措施。旅行社在旅游团队行程开始前需对游客、导游、司机等参

团人员进行体温检测,体温异常的人员不允许参加行程。导游应接种疫苗,要在导游上岗前进行健康码核验,要求导游科学佩戴口罩。游客乘坐汽车等交通工具应全程佩戴口罩。

通知要求,各旅行社及在线旅游企业要优化服务流程、提升服务质量,积极引导游客做好个人防护,科学佩戴口罩,保持“手卫生”,“应接尽接”新冠疫苗,提醒游客做好自己健康的第一责任人,增强安全意识和自我防控意识,遵守旅游活动中的安全警示规定,积极配合旅行社做好各

项防控措施,抓好旅游防疫安全和旅游安全。

通知提出,市区文化市场综合执法机构和各区文化和旅游部门要组织开展对旅行社经营出京游、在京游(含在京地接和组团游)备案旅游团队电子行程单情况的线上、线下检查,督促旅行社严格落实“一团一报”制度,查处违法违规经营活动,维护好首都旅游行业市场秩序,促进恢复经营工作安全平稳有序开展,推动旅行社及在线旅游企业安全发展、高质量发展。



重庆高三初三学生 有序恢复线下教学

12月12日,在重庆市铁路中学校高三年级的教室内,学生们在课堂上认真听课。

12月12日,重庆中心城区高三、初三年级开始有序恢复线下教学。重庆市教委12月8日下发通知,要求各区教育行政部门要研究制定恢复线下教学的工作方案,报经属地疫情防控指挥部同意后,按照分批有序、学生自愿的原则,错时、错峰、错层次,安全有序组织学生恢复线下教学。

新华社发

邮政快递业加快复苏

新华社北京12月13日电(记者戴小河)进入12月以来,邮政快递业加快复苏,迎来新一轮业务高峰。国家邮政局监测数据显示,“双12”当天,全国邮政、快递企业共揽收邮(快)件4.53亿件,与2021年“双12”基本持平。1日至12日,全网揽收量约43.03亿件,同比上升5.6%。

国家邮政局表示,目前全国大部分地区堵点卡点已有效疏通,行业正在快速恢复有序运行。截至12月11日,全国关停邮政快递分拨中心已经清零,全国仅有400余个网点因涉疫处于关停状态,各地邮政管理部门正在积极推动解封。

目前有部分地区存在快递

不快、发货较慢、派送不及时等问题。国家邮政局回应称,这主要是前期一些地区由于疫情防控等原因,积累了大量线上订单,快递企业需要根据商家发货节奏进行揽收和处理。同时,受疫情影响,快递企业也存在一定的用工缺口,运力尚未完全恢复,造成末端派送压力较大。