

疫情要防住 经济要稳住 发展要安全

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

新华社北京12月13日电 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其他人群基本类似，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，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，是否应立即马去医院？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。

居家如何对症治疗 听专家说

自新冠肺炎疫情发生以来，我国有效处置了100多起聚集性疫情，在病毒最凶猛的阶段，有效保护14亿多人民的生命安全和身体健康，新冠发病、重症和死亡比例均处于全球最低水平。目前，随着奥密克戎变异株致病性的减弱、给人群带来的整体健康风险趋于缓和，以及疫苗接种的普及、防控经验的积累，国务院联防联控机制综合组于12月7日出台了进一步优化落实新冠肺炎疫情防控的措施。我省也迅速行动，依据“新十条”优化措施，结合我省实际，制定了我省贯彻落实通知文件，共12条措施。

“为统筹做好医疗资源的布局和利用，重点是要做好新冠感染者重症和有重症风险因素这部分人的医疗救治工作和管理，需要对新冠病毒感染者进行分级分类救治。”西安交大一附院呼吸与危重症医学科主任李满祥说。

对感染者如何分级分类救治？

李满祥介绍，第一，对于轻症、无症状的感染者，可以居家进行自我照护。基础性疾病比较稳定的，也可以居家治疗。对于高龄、行动不便的感染者，我们也建议居家。第二，对于有重症高风险因素的患者，仍然是由定点医院进行收治，保证重症和有重症风险因素的患者得到及时救治。第三，还有一些患者有基础性疾病或者其他疾

病，到综合医院或者专科医院就诊，在就诊过程当中发现是新冠阳性感染者。对于这些患者，要求综合医院和专科医院优化诊疗流程，同时设立缓冲区域，以保证这部分患者得到及时治疗，提高救治效果。

“奥密克戎变异株传播速度快、传染性强、隐匿传播。随着病毒变异，可以说在临床特征上绝大多数的感染者是轻症或者无症状感染者，重症比例是比较低的。大部分新冠病毒感染者可居家治疗，因此需要关注新冠病毒感染者居家治疗的相关问题。”李满祥分析。

当被新冠病毒感染了，哪些情况可以居家治疗？

李满祥说，可以居家治疗的患者包括未合并严重基础疾病的无症状或症状轻微的感染者，以及基础疾病处于稳定期、无严重心肺肝肾等重要脏器功能不全等需要住院治疗情况的感染者。在条件允许情况下，居家治疗人员尽可能在家庭相对独立的房间居住，使用单独卫生间。同时，居家治疗要做好健康监测和对症治疗，控制外出，做好个人防护，按相关防疫要求进行抗原自测和结果上报，做好感染防控等。每天早、晚各进行1次体温测量和自我健康监测，如出现发热、咳嗽等症状，可进行对症处置或口服药治疗。

居家应如何进行对症治疗？

李满祥解释，如出现发热、咳嗽等症状，可进行对症处置或口服药治疗。服药时，需按药品说明书服用，避免盲目使用抗菌药物。有需要时，也可联系基层医疗卫生机构医务人员或通过互联网医疗形式咨询相关医疗机构。无症状者无需药物治疗。如患有基础疾病，待患者病情稳定时，无需改变正在使用的基础疾病治疗药物剂量。但是，如果在居家治疗期间，感染者出现症状，如呼吸困难或气促，经药物治疗后体温仍持续高于38.5℃超过3天，原有基础疾病明显加重且不能控制，儿童出现嗜睡、持续拒食、喂养困难、持续腹泻或呕吐等情况，孕妇出现头痛、头晕、心慌、憋气等症状或出现腹痛、阴道出血或流液、胎动异常等情况，可通过自驾车、120救护车等方式，转至相关医院进行治疗。需要注意一点，因就医等确需外出人员要全程做好个人防护，“点对点”到达医疗机构，就医后再“点对点”返回家中，尽可能不乘坐公共交通工具。

居家治疗期间如何做好防护？

李满祥提出了十条建议。一是尽量不与其他家庭成员接触，如居家治疗人员为哺乳期母亲，在做好个人防护的基础上可继续母乳喂养婴儿；二是每天定时开窗通风，保持室内空气流通；三是做好卫生间、

浴室等共享区域的通风和消毒；四是准备食物、饭前便后、摘戴口罩等，应当洗手或手消毒；五是咳嗽或打喷嚏时，用纸巾遮盖口鼻或用手肘内侧遮挡口鼻，将用过的纸巾丢至垃圾桶；六是不与家人其他成员共用生活用品，餐具使用后应当清洗和消毒；七是居家治疗人员日常可能接触的物品表面及其使用的毛巾、衣物、被罩等需及时清洁消毒，感染者个人物品单独放置；八是如果家庭共用卫生间，居家治疗人员每次用完卫生间均应消毒，若居家治疗人员使用单独卫生间，可每天进行1次消毒；九是用过的纸巾、口罩、一次性手套以及其他生活垃圾装入塑料袋，放置到专用垃圾桶；十是被唾液、痰液等污染的物品随时消毒。

对于公众关心的居家治疗期间如何进行抗原检测的问题，李满祥认为，居家治疗人员需根据相关防疫要求进行抗原自测和结果上报。在使用过程中，可以按照说明书要求和流程自行进行检测和结果判读，也可联系基层医疗卫生机构签约服务医务人员，在其远程指导下完成检测和结果判读。

“症状明显好转或无明显症状，自测抗原阴性并且连续两次新冠病毒核酸检测Ct值≥35（两次检测间隔大于24小时），可结束居家治疗，恢复正常生活和外出。”李满祥说。

（据12月14日《陕西日报》）

新华社北京12月12日电

奥密克戎致病力在减弱，感染后大多表现为无症状或轻型。只咳嗽、发烧算无症状吗？“阳”过一次还会再“阳”吗？围绕公众关注的热点问题，国务院联防联控机制有关专家作出专业解答。

1.问：新冠病毒阳性感染者只是咳嗽、发烧，算无症状吗？

答：阳性感染者若只是咳嗽、发烧，没有出现肺部感染，可归于轻型病例，但不算无症状。从当前全国病例数据看，感染奥密克戎后无症状和轻型大约占了90%以上。

按照目前定义，无症状感染者指的是新冠病毒病原学检测呈阳性，无相关临床表现，如发热、乏力、咽痛、嗅（味）觉减退、腹泻等可自我感知或可临床识别的症状与体征，且CT影像学无新冠肺炎影像学特征者。

轻型患者可表现为中低度发热、咽干、咽痛、鼻塞、流涕等上呼吸道感染症状，以及乏力、嗅（味）觉障碍等症状，但是没有肺炎表现。

2.问：“阳”过一次还会再“阳”吗？多久可能发生二次感染？

答：感染一次新冠病毒后，人体形成的免疫力会起到一定的保护作用。但奥密克戎可能快速变异出新的亚分支，出现较强的免疫逃逸能力，康复者不能完全避免二次感染。

不过，国外有统计数据，感染过奥密克戎，不管有无症状，3至6个月内二次感染的概率相当低，多数人在相当长时间内不会重复感染奥密克戎。

对于个人来说，疫情期间最好的办法仍是落实好防护措施，包括戴口罩、注意手卫生、保持社交距离等，并积极接种新冠病毒疫苗，降低感染风险。

3.问：重复感染会不会让症状更严重？

答：目前没有定论认为重复感染会出现更严重的临床结果。从目前病例来看，即便个别患者在重复感染时出现症状加重的倾向，这一比例也非常低。奥密克戎病毒致病力在减弱，不论是第一次感染，还是再感染，发生重症的概率都很低。

只咳嗽发烧算无症状吗？
阳过一次还会再阳吗？

国务院联防联控机制专家解答防疫热点问题