

今冬疫情内外夹击 关键环节怎样更精准地防?

“‘内外夹击’,这个冬天的确是不好过!”外交部副部长罗照辉11月12日在国新办新闻发布会上发出感慨。

近期,全球累计新冠肺炎确诊病例超过5000万,一些国家从此前“带疫解封”,又再次“封城”“封国”。国家卫健委副主任李斌在发布会上介绍了专家对今冬疫情的研判结论:目前全球疫情加速蔓延,我国面临境外输入病例导致本地传播风险增大,冬季将处于疫情零星散发状态,局部地区可能发生聚集性疫情。

面对可能更加汹涌的第二波疫情,流感疫苗接种、冷链食品进口、跨境活动怎样更精准地“防”?

关切一 流感疫苗接种量如何?

进入冬季,流感等呼吸道传染病进入高发期,就诊患者数量增加,与新冠肺炎疫情防控重叠,给精准鉴别新冠肺炎患者带来困难。

李斌介绍,今年国家流感疫苗接种量和去年相比翻了一番,产量是近五年来最多的一年。近期群众对流感疫苗接种的需求在不断增加,接种意愿也不断加大。针对这个情况,国家多部门协作加大了疫苗调配的工作力度。

目前我国流感疫苗接种工作正在由北向南有序推进。国家卫健委数据显示,截至11月9日,全国流感疫苗接种量约2500万剂,已经接近去年的接种量。

“冬季疫情防控要突出‘防’字。”李斌多次呼吁。尤

其是今冬全球新冠肺炎疫情流行态势严峻,接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,既可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险,又可以减少占用医疗资源。

中国疾病预防控制中心副主任冯子健特别提醒广大公众,我国疫情防控之所以取得重大战略成果,戴口罩、勤洗手、勤通风、分餐制等卫生习惯的养成发挥了非常显著的作用。实践证明,戴口罩可以减少70%以上的飞沫喷溅,坚持戴口罩可以大幅降低各类呼吸道传染病的传播概率。

关切二 冷链食品怎样“排雷”?

最近一些地区在进口冷链食品中或食品外包装上检出新冠病毒核酸阳性。如何精准“排雷”?

海关总署进出口食品安全局局长毕克新介绍,全国海关进一步强化进口冷链食品源头管控,暂停出现员工聚集性感染企业的产品输华,加强进口冷链食品新冠病毒风险监测,检出阳性后实施紧急预防性措施。

——与有冷链食品输华贸易的全部109个国家的主管部门进行了沟通和磋商。累计抽查50个国家140家进口冷链食品生

产企业,对查出问题的22家企业采取了暂停或者撤销其注册资格等措施。

——截至11月11日24时,对发生员工感染新冠肺炎的20个国家99家生产企业采取了暂停其产品进口的措施,其中82家企业是在出现疫情后自主暂停了对华出口。已经对8家境外食品生产企业、6艘渔船实施了紧急预防性措施。

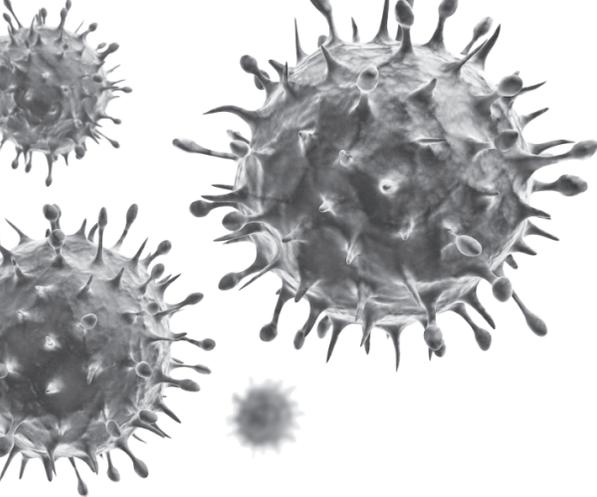
市场监管总局食品经营司负责人陈谓表示,市场监管部门会同相关部门重点抓好进口冷链食品风险监测和排查处置工作。组织对涉疫食品样品进行溯源调查,及时协调跨省信息通报,加强涉事冷链食品追溯管理。

各地市场监管部门对来源不明的冷链食品加大了查处力度,同时指导相关食品生产经营者在采购进口冷链食品时,查验并索取核酸检测报告、进口冷链食品货物消毒证明等。凡是不能提供合格证明的,一律不准上市销售。

关切三 跨境活动能否“安排”?

当前,境外感染风险依然较高。相关主管部门建议,要充分关注各国疫情发展态势,尽量不安排境外旅游,谨慎安排非必要、非急需的跨境活动。

国家移民管理局副局



长尹成基提醒说,一些国家目前对旅游观光的外国人继续采取严格限制入境或隔离检疫等措施,一旦在境外不慎感染,难以在当地得到及时有效治疗。不仅如此,旅行结束后,由于往返航班有限,可能导致无法按照行程计划顺利回国。回国后,按照现行国内疫情防控政策,入境人员一律需要在入境城市接受集中隔离,期间住宿等费用自理,对于个人来说经济和时间成本都很高。

“我在这里郑重提醒建议广大中国公民,充分考虑个人健康安全和家庭幸福,尽量减少非必要、非急需的跨境旅行。”尹成基说。

罗照辉也表示,鉴于目前形势,主管部门不主张放开境外旅游。对于确有特殊

情况需要出境的人员,建议提前做好准备,充分了解、遵守各国防疫政策。

据介绍,中国近期出台了一系列针对性新举措。例如,针对近期境外输入病例增加,核酸检测偶有“漏网”情况,主管部门和专家经过反复研究提出“双保险”,即在人员入境时增加一次血清抗体检测;10月份以来,境外输入病例中近一半乘客曾进行过中转,主管部门要求入境人员在中转地增加一次核酸检测。

此外,还将对一些疫情高发国家采取一些紧缩签证政策;要求入境人员登机前的核酸检测由72个小时缩减到48个小时;航班熔断机制也将继续更加严格执行。

(据新华社)

年轻糖人越来越多 怎么办

11月14日是第14个联合国糖尿病日。临床上发现,糖尿病年轻化趋势日益明显。年轻“糖人”为何越来越多?应该怎样预防?

年轻“糖人”逐渐增多

吉林大学第一医院内分泌科最近来了一位13岁的小患者,本来是肚子觉得不舒服来看下,结果一检查发现,糖化血红蛋白超过14,空腹血糖指数也超标,各项指标都显示是2型糖尿病患者。

“现在门诊发现年轻的‘糖人’越来越多了,很多年轻人血糖都偏高。”吉林大学第一医院内分泌科主任王桂侠说。

成都市第三人民医院内分泌科黄晓飞博士也有同感。近年来,来科室就诊的年轻糖尿病患者逐渐增加,“以前大家都说糖尿病是‘老年病’,现在年轻患者也多了。”他说。

22岁的小杨刚大学毕业,在成都一家互联网公司工作,最近总感觉头晕乏力,还

以为是工作比较累休息不够,去医院检查才发现,自己已经是个“糖人”,空腹血糖严重超标,需要立即吃药干预。“平时经常喝奶茶,有时候一天喝几杯,也很喜欢吃甜食,总觉得自己年轻身体好,没想到居然也得糖尿病了。”小杨懊悔地说。

黄晓飞介绍,据国际糖尿病联盟2019年发布的数据显示,中国糖尿病患者数量已经超过1亿人,居世界第一。肥胖、超重问题的低龄化趋势,让30岁以下患2型糖尿病的人数也明显增加。

不良生活方式 是诱发“元凶”

“糖尿病主要是由‘内因+外因’引起的,内因主要是易感基因,很多年轻人却是不良生活方式导致的。”黄晓飞说。

据中国疾控中心营养与健康所的数据显示,我国人均每日添加糖(主要为蔗糖)摄入量约30克,食用油摄入量

为42.1克,均高于世界卫生组织和《中国居民膳食指南》推荐摄入量。

不良生活方式让很多年轻人血糖偏高,早早出现糖尿病前期的症状。王桂侠说,尤其是2型糖尿病的年轻化趋势非常明显,这些人有四个特点:一是家里有直系亲属患有糖尿病,有遗传倾向;二是体型肥胖,学习和工作压力大,运动少,饮食和生活方式不健康;三是出生时体重超重;四是母亲在妊娠期患有妊娠糖尿病。这些都是导致低龄化糖尿病发病率高的原因。

记者了解到,知晓率低、检查率低、治疗率低也是年轻“糖人”逐渐增多的原因。王桂侠指出,全国流行病学数据显示,目前我国糖尿病患者的知晓率在30%左右,诊断出患有糖尿病之后,患者的治疗率仅为26%左右,而采取降糖治疗的糖尿病患者中控制率能达标的也仅为40%左右。加强糖尿病患者的管理,还有很大的空间。

加强早诊早治: “管住嘴、迈开腿”

“糖尿病是可防可控的,关键是‘管住嘴、迈开腿’。”黄晓飞说。他呼吁,避免年轻“糖人”越来越多,需要全社会共同努力,积极营造良好的宣传氛围,提高大家对糖尿病危害和防治重要性的认识,让更多人了解和掌握糖尿病等常见慢性病的预防措施。

“目前市面上针对儿童的口服降糖药十分匮乏,一些常用降糖药对儿童该如何用药没有丰富的临床药物观察数据,儿童使用较为困难。在药物治疗的同时,一定要坚持健康饮食和积极运动,使血糖尽快达标。”王桂侠建议,对孕妇妇女的糖尿病筛查和控制也十分重要,能有效减少胎儿患糖尿病的风险,同时应控制胎儿的体重,降低日后患糖尿病的风险。

今年9月,中国老年保健协会糖尿病专业委员会携手行业专家及国内慢病管理平

台“医联”共同发布了《互联网医院糖尿病规范化专家共识》,将为糖尿病患者提供更加规范化的互联网诊疗服务。

中国老年保健协会糖尿病专业委员会主委、北京协和医院内分泌科主任肖新华认为,糖尿病的管理是一项长期并随着病程进展不断调整的综合管理过程。随着医疗信息的互联互通,人工智能等高科技的融入,也将为糖尿病等慢性病患者提供更安全、更便捷、更优质的医疗卫生服务。

相关专家还提醒,年轻人要养成良好的生活方式,如果发现经常口干、口渴、尿多、乏力等,有可能是糖尿病的前驱症状,不能掉以轻心,需要及时就诊。

(据新华社)

