

责编/原梓峰 王晨 美编/白杨 校对/池红云

核酸检测是找出潜在感染者的有效手段

参加常态化核酸检测风险较低 核酸检测本身是安全的

本报讯(特约记者 孙乐琪 李祺瑶 实习记者 柴嵘)当前,本市疫情形势严峻复杂,参加常态化核酸检测安全吗?按要求做核酸有什么重要性?老年患者、有基础疾病患者如何更好地保护自己,避免新冠病毒感染?……针对市民关心的热点问题,市疾控中心和北京地坛医院的相关专家给出解答。

专家表示,本市正流行的奥密克戎BF.7变异株传染性强、传播速度快、隐匿性强,无症状感染者和轻症患者较多,核酸检测是找出潜在感染者的有效手段。参加常态化核酸检测风险较低,核酸检测本身是安全的。

核酸检测是实验室诊断的金标准

“新冠肺炎无症状感染者和轻症患者较多,临床表现不特异,通过症状和体征诊断新冠肺炎的难度较大。”市疾控中心副主任、首席专家王全意介绍,核酸检测灵敏度和特异度都比较高,经济快速,是新冠肺炎病毒感染实验室诊断的金标准。

当小区、楼宇、单位出现新冠肺炎病例时,要在最短时间内完成全员核酸检测,第一时间发现其他感染者。还要根据风险评估确定后续检测频率,以进一步发现已经处于潜伏期的感染者,尽快控制疫情。当出现社区传播时,社会上存在隐匿的感染者,这些人作为传染源会传播病毒,但却不容易被识别出来。按照防控方案第九版的要求,对一定区域的全部人员开展核酸检测可以找

出潜在的感染者,实现早发现、早报告、早隔离、早治疗,阻断病毒的传播。

有市民对排队做核酸产生了一些安全方面的顾虑。常态化做核酸安全吗?王全意表示,参加常态化核酸检测风险较低,核酸检测本身是安全的,但是要做好相应措施,才可以把风险降到最低:密切接触者、高风险区的居民不应该参加社会面的常态化核酸检测,高风险区应该做好核酸检测的组织工作,按照分时、分批、有序的原则,在做好防护的情况下开展核酸检测;核酸检测点要全力做好组织和管理工

作,维持好秩序,保持好两米线的安全距离;个人在核酸检测排队时,一定要佩戴口罩,保持距离,不聚集、不吃零食。他提示市民,做核酸前了解一下核酸检测点排队情况,尽量避开排队高峰前往;排队时要“一”字形排队,不要“回”字形排队,在扫码、登记时,不要触碰核酸检测台,不要把手机、身份证放在台面上。前面的人员完成采样后不要立刻上前,等前一个人离开且医务人员完成手消、拿出新棉签后再上前;仅在采样时短时间摘下口罩,屏住呼吸,采样结束后立刻戴好口罩。

老年患者尽量分时段到医院就医

北京地坛医院医院感染管理处处长、主任医师卢联合介绍,奥密克戎BF.7变异株传播力非常强,也给院感防控工作增加了难度。老年患者、有基础疾病患者等特

殊人群前往医院治疗时,一定要做好防护,佩戴医用外科口罩,根据情况选择佩戴N95或KN95口罩;同时,应尽量避免前往人多的公共区域,就医尽量选择人相对较少的时段,分时段就诊,尽量缩短在医院或人群密集处的时间;进入医院后,要注意手卫生,接触电梯、门把手等他人高频接触的位置后要及时消毒;就诊结束后,如需等待检查结果,最好离开医院,寻找相对人少的地方等待,出结果后再返回医院。他提醒市民,一般情况下的身体不适,尽量不要到人流密集的大医院,可以选择到社区医院进行咨询和处理。

如果出现呼吸症状,应该怎么做?卢联合说,如果在家中出现如咽干、咽痛、周身不适等症状,要特别注意自己有没有感染新冠病毒的可能,注意尽量避免跟家人的接触,可以一个人待在房间里,并保持开窗通风;出房门活动要戴好口罩,去卫生间后,一定用排风扇或开窗通风,使用含氯的消毒剂进行喷雾消毒。门把手、坐便器等接触部位也需要用消毒湿巾或酒精消毒,保证家人安全。最重要的还是迅速进行核酸检测,排除感染新冠病毒的风险。前往医院就诊时,应该选择发热门诊或特殊设立的门诊,避开急诊或人群特别密集的门诊区域,佩戴好口罩,做好手卫生等防护措施。

接种疫苗可以减少被感染可能

本轮疫情的主要毒株奥密克戎BF.7变异株,是国

内奥密克戎“家族”里传播力最强的亚分支。其在临床表现上与其他毒株有哪些不同?北京地坛医院感染性疾病临床中心主任、主任医师陈志海介绍,奥密克戎BF.7变异株最明显的临床特点就是潜伏期进一步缩短,部分人感染后一直没有明显的表现,即无症状感染者。另有部分人在感染后3.5天左右开始出现临床症状,主要表现为咽干、咽痛、干咳、头痛、发热等症状,即为轻型患者。少数轻型患者病情进一步加重,肺部出现肺炎表现,病情进展为普通型。“从致病性上来看,BF.7变异株和其他的奥密克戎变异株差别不大,目前没有发现根本性的加重或者减轻。”

奥密克戎BF.7变异株会使患者本身的基础病进一步加重吗?陈志海表示,任何感染性的疾病,只要感染后出现了明显症状,患者自身的基础病都会加重,新冠病毒感染者也是如此。不论哪种毒株,发病后都会引起基础病加重,因此,合并基础病的老年患者会面临更大的风险。“我们在临床中还发现,接种过疫苗的患者抗体出现更早,水平更高,病情会明显减轻,并且死亡的可能性会下降;有加强接种的老年人,所出现的症状更会有明显减轻。因此,接种疫苗能够在一定程度上起到减少感染、减轻病情、减少死亡的可能。”他呼吁还没有完成接种的老年人尽快接种疫苗,起到更好的免疫效果。

来源:北京日报

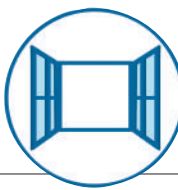
疫情小贴士

居家人员如何做好清洁消毒

市疾控中心副主任刘晓峰:日常居家以卫生清洁为主,预防性消毒为辅。如确需预防性消毒,不建议使用高浓度消毒剂,不直接对人进行消毒;使用时严格遵循消毒产品说明书,根据不同的物品和环境,选择适用的消毒方法,严禁超范围使用。

市民要保持室内空气流通,每日开窗通风2至3次,每次至少30分钟。日常手卫生以洗手为主,在流动水下采用“七步洗手法”。如进行手消毒,要取适量手消毒剂于掌心,双手揉搓,均匀涂抹于手部表面,揉搓消毒至干燥。家中的桌面、家具、门或窗把手等一般物体表面应保持清洁;手机、遥控器、鼠标、键盘等小件物品可用酒精湿巾擦拭消毒。卫生间坐便器周边、冲水按钮、洗手池、水龙头等应随时保持清洁,及时消毒。必要时,可以按产品说明书使用含氯消毒剂擦拭消毒。

来源:北京日报



如何管理高风险区

市疾控中心副主任刘晓峰表示:高风险区实行区域封闭,安排24小时值守,加强人员管理。

封控期间如发现新的感染者,应及时组织开展风险研判,按照“一区一策”要求,可将原封控区域全部或部分延长封控时间。高风险区连续5天未发现新增感染者,且第5天风险区域内所有人员完成一轮核酸筛查均为阴性,降为低风险区。符合解封条件的高风险区要及时解封。

高风险区人员应按要求做好健康监测、核酸

检测、抗原自测。重点区域应做好环境消毒和监测,对厢式电梯、电梯按键、楼道、楼梯扶手、单元门把手等人员频繁接触的重点部位进行消毒;对病例和无症状感染者的居住、工作、活动等场所,及时开展终末消毒并评估消毒效果。高风险区还应保障好居民生活和医疗需求,为独居老人、未成年人、孕产妇、残疾人、精神障碍患者、慢性病患者等提供就医便利;必要时提供心理支持、心理疏导等心理援助服务。

来源:北京晚报

法律专家:确定封控范围以存在相对较高风险为准则

本报讯(特约记者 孙莹)当前,北京新增本土新冠肺炎确诊病例数、社会面病例数快速增长。在疫情防控形势更加严峻的时候,作为防疫一线

的林鸿潮强调,无论是哪种情况,还是要以必要性为原则,封控的范围肯定是以“存在相对较高风险”作为一个总的准则。在采取封控管控措施的时候,要畅通救济渠道。“最典型的就是‘12345’接诉即办,要有一个很便捷的渠道,随时在疫情防控过程中让居民的问题得到及时的回应和解决。”

新冠肺炎疫情仍按甲类传染病管理

林鸿潮介绍说,《中华人民共和国传染病防治法》将传染病分为甲、乙、丙三类。新冠肺炎疫情自2020年在武汉暴发后,当时国家卫健委就把它列为乙类传染病,再经过国务院的批准,按照甲类来进行管理。直至目前,仍然是按照这个措施在管理。

作为按照甲类管理的传染病,针对新冠肺炎疫情防控的各项措施主要是依据《突发事件应对法》《传染病防治法》以及国务院出台的《突发公共卫生事件应急条例》。另外,地方上也有一些地方性法规和规章,比如《北京市突发公共卫生事件应急条例》。综合这些法律和法规中涉及的防控措施,可以归为能力动员类、救治和援助类、物资和秩序保障类,另外像采取隔离管控措施基本上可以归为危险源控制类。

确定封控范围以存在相对较高风险为准则

社会公众十分关注高风险区的划定和封控问题。根据相关规定,原则上将感染者居住地以及活动频繁且疫情传播风险较高的工作地和活动地等区域划定为高风险区,高风险区一般以单元、楼栋为单位划定,不得随意扩大。针对此,林鸿潮教授进行了解读。

“个人感染新冠肺炎病毒后,可能成为传染源,从而构成了一个危险源,需要进行隔离。另外,感染者活动比较频繁的空间也构成危险源了,要进行封控。”林鸿潮表示:“采取隔离封控措施的范围有多大,要看必要性。主要针对的就是感染者活动比较频繁的区域,原则上是封控一个楼栋、一个单元。当然有一些特殊的情况,比如感染者的传播路径还不明,或者说已经发生了社区的扩散,这个时候经过专业人员的严格评估,可能适度地扩大管控的范围。因为感染者活动的范围也会不一样,有些人可能比较简单,有些比较复杂。比如说一个小区里面,如果是物业管理人员或者社区管理人员感染,他可能各个楼栋各个单元都去过,路径就比较复杂了。”

街道乡镇可组织核酸检测 村居委会解决“最后一公里”问题

在新冠肺炎疫情的防控过程中,街道以及村居委会应该扮演什么角色,有哪些法定职责呢?

林鸿潮教授说,《突发事件应对法》《传染病防治法》对此的规定比较原则,但《北京市突发公共卫生事件应急条例》的规定比较详细。首先,乡镇和街道作为基层人民政府或其派出机关,承担的职责有:进行公共卫生安全风险排查;组建基层公共卫生应急队伍、做好应急物资准备;在发生疫情之后,组织实施健康监测,最典型的

就是核酸检测;还有对相关法律法规和公共卫生防控知识的宣传普及,以及及时回应居民的诉求。“村居委会,要解决的是‘最后一公里’问题。”林鸿潮表示,村居委会的主要工作一是要组织好社区范围内的群防群治,比如做好个人防护、社区公共空间、人员密集场所的清洁消毒等。二是做好信息类的工作,包括对人民政府有关措施的告知、解读宣传,本社区信息上报等。另外,在管控期间,社区居民在生活上

有困难的,社区要协助进行保障,在力所能及的范围内,还要组织居民进行互助等。

落实四方责任 个人做好这三点

《北京市突发公共卫生事件应急条例》中规定了四方责任,林鸿潮认为比较有特色,其中对于公众个人参与防疫应当履行的义务也予以明确。

林鸿潮介绍说,四方责任中的“四方”有属地,包括人民政府、乡镇街道、社区等;有各相关职能部门,还有单位,最后一方是个人。条例规定了个人的一些义务。

个人义务大概可以概括为三个方面。首先是有做好自我防护,当身体出现异常情况,要及时就医及时报告

来源:北京日报

核酸检测



从11月24日起,进入公共场所,乘坐公共交通工具、环京地区通勤人员进入首都需持48小时内核酸检测阴性证明。重点行业、重点人群确保按规定频次“应检尽检”。

个人防护



戴口罩、勤洗手、常通风、清洁消毒,遵守社交礼仪。

简单生活



无接触不传染。简单生活,减少流动。非必要不离京,非必要不出区。

居家防疫



学会从正面看待问题,珍惜这段与家人亲密相处的时光。配合社区做好核酸检测、抗原自测、健康监测等居家防控措施。

不传谣言



关注并相信政府新闻发布会、官方机构及主流媒体权威渠道发布的信息。

三天三检



从11月22日起,所有进返京人员实行落地“三天三检”,阴性结果未出前居家不外出。抵京24小时内未完成第一次检测、抵京满3天未完成第三次检测,“北京健康宝”将弹窗,完成检测后才解除。

健康监测



特殊时期,关注自己的身体变化,如出现发热、咽痛、咳嗽等11类症状,第一时间按规定程序报备、就近医院发热门诊就医。

接种疫苗



有基础疾病的老年人接种更有意义,早接种,早受益。

健康责任



每个人是自己健康的第一责任人,“保护好自己,保护好家人”才是硬道理。

来源:丰台区融媒体中心 北京健康教育