

老人儿童孕产妇如何做好防护？

疾控专家就疫情防控热点问题答记者问

10日下午,南通市疾控中心的相关专家,就市民朋友当前关注的疫情防控相关问题回答了记者提问。

记者:如何当好自己健康的第一责任人?

魏叶(南通市疾控中心急传科副科长):

1.戴口罩。外出或到公共场所时必须规范佩戴口罩。第一,规范佩戴口罩,第二,口罩及时换,每个口罩累计佩戴时间最长不超过8小时。

2.勤洗手。掌握正确洗手方法,外出返家,清理垃圾,咳嗽打喷嚏,接触快递、电梯按钮、门把手等公共设施后认真洗手。

3.不聚集。目前正处于呼吸道疾病高发季节,不到人员聚集和空间密闭场所,保持安全社交距离。

4.常通风。居家或在办公室时,经常环境通风,保持空气流通,建议每日2~3次,每次20~30分钟。同时注意日常环境卫生。

5.均衡营养、适当休息、合理运动、保持良好心态。

记者:老年人、儿童、孕产妇、患基础性疾病人员等重点人群如何做好防护?

魏叶:除了以上五点以外,对于老年人和患有基础性疾病人员来说,一旦感染,发展为重症、危重症甚至死亡的风险较大。第一,非必要不到医疗机构,如患有基础性疾病需长期服药的老年人,可由家属代取药物,尽可能降低交叉感染风险。第二,要多关注政府和权威媒体发布的信息,不信谣,不传谣,及时全程接种新冠疫苗。即使生活范围窄和常年居家的老年人也应该接种。

对于儿童来说,学校属于人口密集型场所,学校要注意教室环境卫生和通风,儿童每日到校后应注意自身桌面卫生和手卫生,回家后脱掉外套、鞋帽并认真洗手。

对于孕产妇来说,非必要不到医院,减少交叉感染的风险;留好产检所在的医疗机构电话,方便及时咨询;有基础病的孕产妇一旦有发热、咳嗽等症状要及时就医。

记者:老年人为什么要接种新冠疫苗?

张志兰(南通市疾控中心免疫规划及慢性病防治顾问主任医师):老年人大部分抵抗力较弱且患有基础性疾病,比如高血压、糖尿病等,一旦感染新冠病毒的话,发展成重症甚至死亡的风险较大。据统计,接种三针新冠疫苗跟没有接种新冠疫苗相比较,死亡风险下降9.3倍。

记者:患有慢性病的老年人能否接种新冠疫苗?

张志兰:慢性病只要在稳定期都是可以接种疫苗的,老年人慢性病都不是新冠疫苗接种的禁忌证,只要控制在稳定期,都可接种新冠疫苗。

记者:老年人加强接种间隔为何调整为3个月?

张志兰:国家最新文件要求老年人新冠疫苗加强免疫,间隔3个月就可以接种。国内外及国内相关研究数据表明,加强接种间隔3个月和间隔6个月,安全性及中和抗体水平没有差别,所以,老年人在基础免疫完成之后,间隔3个月可尽快进行加强针接种提高免疫水平,免受新冠病毒的侵扰。

记者:新冠抗原自测产品如何使用?操作时需注意什么?

季霄雷(南通市疾控中心微生物检验科主管技师):

1.首先打开产品的外包装,仔细阅读产品使用说明书。

2.将使用成分依次摆放在桌上,检查试剂的使用保质期是否在有效期限以内。

3.将双手洗净,剥离提取管薄膜,并将提取管放在试管架上。

4.将拭子插入鼻孔2.5厘米处,务必收集可能存在的任何鼻液,将棉签在鼻孔内部的圆形路径中旋转至少5次,使用相同的拭子在另一侧鼻孔重复此操作。

5.将拭子插入液体中,并将拭子沿内壁旋转10次,从外侧壁挤压拭子5次,将拭子折断放入采样管中,将采样管中的液体挤压至试剂槽。

6.对照说明书查看检查结果,如果C线和T线均显示红色条带,则结果为阳性;C线有红色条带而T线没有,则结果为阴性;如果C线处没有红色条带,说明检测结果不准确,要重新进行检测。

7.检测完毕后彻底消毒操作区域并清洁双手。

记者:用完的自测试剂怎么处理?

季霄雷:隔离观察人员,检测结果不论阴性还是阳性,所有使用后的采样拭子、采样管、检测卡等装入密封袋,由管理人员参照医疗废物或按程序处理。社区居民,若检测结果阴性:使用后的所有鼻拭子、采样管、检测卡等装入密封袋后作为一般垃圾处理。若检测结果阳性:按规定报告检测结果,根据要求处理检测用物。

本报记者李波 朱苒

两股冷空气“接力” 本周通城开启“速冻”模式



晚报讯 休整了多日的冷空气在上周末再次“开工”,带来了大风和降温天气,走在户外是有冷的感觉了。不过这股冷空气还只是来打前阵的,两股新冷空气已“蓄势待发”。

从市气象台发布的一周天气预测来看,预计新一周冷空气势力较强,气温总体偏低,其中16日前后有一次大风降温和雨雪天气过程,17日至18日早晨最低气温将下降至-4℃~-6℃,有冰冻或严重冰冻。

具体预报如下:12日多云到晴,13日~14日晴到多云,15日多云转阴,16日阴有小雨或小雨夹雪,17日多云到晴,18日晴到多云。也就是说,除了16日有雨雪天

气来扰,其他时候基本都是晴好天气相伴。还需注意的是,16日至17日风力较大,最大风力可达陆上5~7级、沿江江面6~7级、海区7~9级。

这次冷空气强度虽抵不到上次寒潮级别,但接连来访,降温也是持续渗透影响,基本新的一周都是维持比较冷的状态,尤其是早晚温度可能又要创新低。预计本周平均气温3℃左右,较常年偏低;最高气温10℃~11℃,出现在15日白天;最低气温-6℃左右,出现在18日早晨。提醒广大市民,厚衣服真的要穿起来啦,尤其是患有心脑血管及呼吸道疾病的人群更要注意防寒保暖。

【今明后三天天气预报】
12日:多云到晴,西北风4级左右。气温3℃~9℃;13日:晴到多云,西北风4级左右,气温-2℃~10℃;14日:晴到多云,西北风转偏东风3~4级,气温-2℃~5℃。记者俞慧娟(合作单位:南通市气象局)

通州至无锡南京 道路客运班次今起复班

晚报讯 记者昨天从南通汽运集团通州分公司获悉,根据当前疫情防控形势,为更加方便旅客出行,自今日起,通州客运站往返无锡、南京的道路客运班次有序复班。

广大旅客可拨打客运站咨询电话或通过“巴士管家”App、“飞鹤购票小程序”查

询班次情况并购票。进出站旅客需全程规范佩戴口罩,购票和候车时保持安全社交距离。旅客需携带身份证购票乘车,配合工作人员查验,以免耽误行程。携带1.2米以下的免票儿童乘车时,需到车站服务台办理免票儿童申报登记手续(包括线上购票)。记者严春花

欢迎订阅
江海晚报
全年定价
300元

订阅热线
85529910
85118867

南通味道

生/活/因/你/更/有/味