

保健康防重症 人人都是第一责任人

重症率增加了吗?“白肺”和疫苗有关吗?

——国家卫健委邀请权威专家解答防疫热点问题

新冠重症率增加了吗?肺炎与疫苗接种是否有关?脆弱人群如何防治?2022年12月30日,国家卫健委邀请权威专家、国家传染病医学中心主任、复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏就这些问题作出回应。

张文宏认为,本轮疫情目前正处于感染高峰期,即便奥密克戎的重症率与先前的德尔塔相比有所下降,但再低的重症发生率,结合我国庞大的人口基数,重症病人数量都会成倍上升,“每年我国季节性流感造成的肺炎也会有季节性的高峰,肺炎的疾病负担也很重,最近肺炎及重症病例数量的增多,主要是因为短时间内感染的病例增加,但重症概率总体仍然很低。”

——部分新冠感染者肺部CT呈现“白肺”现象,这与感染新冠病毒原始株或德尔塔毒株有关吗?

对此,张文宏表示,目前在上海流行的毒株仍是奥密克戎毒株,并没有监测到新冠原始毒株与德尔塔变异株出现。而所谓的“白肺”是重症肺炎的影像表现,即重症肺炎的患者拍摄CT和胸片时,肺部会因透光度下降而呈现白色,只是反映肺炎的严重性,“无论什么病原体,只要引起重症肺炎,都有可能呈现‘白肺’”。

——有网友认为接种疫苗会导致不良反应,出现“白肺”增多,这有根据吗?

张文宏说,针对该问题已专门做过对照研究,结果显而易见:根据今年上半年上海的数据,打过疫苗之后,整体的重症比例可以降低近80%,

“所以我们认为,疫苗对减少‘白肺’的发生是有作用的”。

——一旦出现“白肺”,临床如何治疗?

张文宏表示,出现“白肺”的救治与其他病毒性肺炎类似,首先要做的是给予呼吸支持,尤其是对于呼吸衰竭的病人,要给予机械通气支持,维持体内的供氧。在这个基础上,还会采取抗凝治疗、抗炎症治疗、抗病毒治疗,营养支持与合并感染的控制也非常重要,“要让病人能够撑过关键的重症期,顺利进入恢复阶段”。

张文宏特别强调,发生重症肺炎后的救治成功率要比普通型肺炎以及轻症的成功率低,因此要特别重视救治的“黄金72小时”,即脆弱人群感染新冠、出现症状后的72小时内要密切监测,就近在社区医疗中心或者附

近的医院进行氧疗、对症与营养支持治疗、抗病毒治疗等。如果出现重症倾向要及时采用糖皮质激素等抗炎治疗,尽量阻止疾病的加重,并及时到医院做进一步检查。若是发现有“白肺”等重症表现,则需要24小时内开展最优的救治。

——临近春节,各地即将迎来大规模的人口流动,面对可能到来的重症高峰,如何保护脆弱人群?

张文宏表示,一方面要对脆弱人群进行持续性的监测,一旦发生问题,及时阻止肺炎的发生和加重;另一方面要加紧扩充医疗资源,保障脆弱人群能够得到及时救治。

“当前,‘小地方’的疫情传播不像大城市这么迅猛,但是传播的持续时间比较长。随着春节人员的返流,可能会在当地引起一波输入性高峰,

此时需要分级分类对待:一部分是目前感染率已经比较高的地区,所受的影响相对较小;但如果是原来感染率非常低的地区,受到的影响就会较大。对于感染率还不高的地区,要尽量减少大规模的人群聚集。”张文宏说。

最后,张文宏建议,要做好科普宣传,鼓励人们在返乡过程中做好个人防护,为“压峰”作出个人努力,从而减少“重症高峰”带来的救治压力。“已经感染过的人群回乡,可能不会造成太大影响。如果是没有感染过的,要做好防护,尽量避免自身感染引起亲友的新发感染,加剧当地的疫情高峰。因此,大家旅途中要戴口罩,最好是N95口罩;如果家中老人还没有感染过,我们去探望时也要严格戴口罩。” (据新华社)

老年人出现症状何时需要就医?

——权威专家解答防疫热点问题

老年人免疫力相对较低且多有基础疾病,感染新冠病毒后需要予以更多关怀和重视。老年人出现症状何时需要就医?感染后要注意什么?围绕公众关注的热点问题,国务院联防联控机制组织权威专家作出专业解答。

问:老年人出现咳嗽发烧症状,如何判断是否需要就医?

答:对于老年人要加强观察。家人应了解老年人的基础心率、基础血压、基础体温以及基础的呼吸频率等情况,如果有条件,还要了解老年人尤其是有心肺疾病老年人基础的外周血氧饱和度。一旦感染,需要观察这些基础数据的变化以及老年人意识状态、精神状态、大小便、进食等方面情况。

出现以下情况要考虑就医:一是

症状持续或加重,比如发热持续甚至有加重倾向。二是出现新的症状,比如出现胸痛、呼吸困难、大小便失禁,或者突然出现肢体特别是单侧肢体不能运动,或者出现不能进食、恶心呕吐、嗜睡、不认人、定向障碍等现象,这些都是危险的信号。三是老年人基础疾病加重,比如患有冠心病的老年人出现心绞痛,患有慢阻肺或哮喘的老年人这两种疾病加重。对于基础疾病本身不太稳定的老年人、80岁以上未接种过新冠病毒疫苗的老年人,更需格外重视。

问:对于语言表达能力受限的老年人,护理人员如何第一时间识别其不适症状?

答:护理人员要了解新冠病毒感染的常见症状,包括全身症状,如发热、头痛、全身酸痛、畏寒等,以及局

部症状,如咽痛、咳嗽、流鼻涕、咳痰、打喷嚏,甚至味觉和嗅觉丧失等。老年人的症状可能不典型,其发病可能具有隐匿性,出现精神状态不好、意识状态不好、乏力、不愿意吃东西等情况。有的老年人稳定能力下降,比如走路原本正常但最近走路有点打晃。这些可能都是感染的线索。当老年人出现上述症状时要对其进行体温监测,早期发现体温升高。此外,出现没有原因的心率增快或者呼吸频率增快,也可能是感染的信号。

问:老年人感染后生活和用药需要注意什么?

答:老年人感染后,在加强观察和监测基础上还要注意:清淡饮食,建议少食多餐;保证睡眠;补充适量水分,建议结合体温和出汗情况少量多次适当补充。

老年人使用退热药物需慎重,体温越高、年龄越大用药越要慎重,防止老年人用退烧药后一次大量出汗造成虚脱甚至低血压。退烧要缓,可以用物理手段退热。在应用退热药时避免多种药物共同使用。中成药可以选用一种,不要将多种同一作用的中成药同时应用。

患有高血压的老年人,在发烧期间特别是使用退烧药时,如果血压已经低于正常水平,降压药可能需要减量甚至停用,待血压恢复正常再按照常规剂量使用。老年人在感染后可能吃饭很少,使用降血糖药物时要监测血糖变化,防止低血糖发生。

此外,老年人感染后稳定能力下降,特别容易跌倒引发骨折,因此,老年人在出现发热等情况比较虚弱时,一定要防止跌倒。(据新华社)

引发肺炎如何治疗?疫苗是否依然有效?

——国家卫健委邀请权威专家解答防疫热点问题

新冠病毒引发肺炎如何治疗?疫苗接种是否依然有效?针对人民群众普遍关心的问题,2022年12月30日,国家卫健委邀请中国工程院院士、传染病学专家李兰娟作出回应。

专家认为,总体上看,我国目前感染者还是以轻症和无症状病例为主,轻症病例肺部影像正常,临床上发热、乏力、全身酸痛,咽痛、咳嗽等上呼吸道症状为主,部分患者伴有腹泻等消化道症状。大部分人3至5天内

体温逐渐恢复正常,只有极少数患者持续高热不退,症状比较明显,发展成肺炎甚至“白肺”。

“一般肺部影像中白色的区域面积达到70%至80%,我们临床上才称之为‘白肺’。出现‘白肺’的患者多为重症患者,奥密克戎感染所致的‘白肺’占比很低。”李兰娟表示,目前,对重症、危重症提倡用“四抗二平衡”治疗,即抗病毒、抗休克、抗低氧血症、抗继发感染,注意维持水电解质平衡

和微生态平衡。

李兰娟强调,目前很多网上的传言需要澄清。比如新冠疫苗无效,这是错误的。虽然疫苗接种后仍有被感染的几率,但已经有大量的临床证据说明新冠疫苗可显著降低感染后的重症率、病死率,疫苗是我们战胜疫情非常重要的武器。还有人认为,针对新冠已经不需要采取防控措施,这也是错误的。作为乙类传染病,我们既要避免自己被感染,也要防止传给

别人,在疫情流行期间,还是需要做到佩戴口罩、保持社交距离、勤洗手等基本措施。

“一旦被新冠病毒感染,要早期及时进行抗病毒治疗,以减少向重症发展。如果持续高热、呼吸急促,要及时就医。家中最好自备血氧监测仪,监测数值低于93的,哪怕症状不明显,也要及时就医检查。”李兰娟说。

(据新华社)