

中国一定能打赢疫情防控阻击战

自发生新型冠状病毒感染的肺炎疫情以来,中国政府采取了坚决有力措施对疫情进行科学有效防控,并同各方保持密切合作。连日来,国际组织负责人、多国政要、官员和专家发表声明或接受记者采访时,高度赞赏中国在疫情防控方面表现出的坚定决心、付出的不懈努力和对国际社会的积极贡献,表示对中国打赢疫情防控阻击战充满信心。

“展现了中国政府高度负责的态度”

世界卫生组织28日发表声明表示,正在中国访问的世卫组织总干事谭德塞与中国政府协商,双方同意世卫组织尽快派遣国际专家团队访华,与中国同行共同努力增进对疫情的了解,并指导全球疫情应对工作。声明说,谭德塞赞赏中国对待这次疫情的态度,特别是中国政府的承诺和处理此次疫情的透明度,包括共享病毒数据和病毒基因序列。

美国总统特朗普近日在社交媒体发文,感谢中国在防控新型冠状病毒感染的肺炎疫情方面作出的努力,称“美方非常欣赏中方的努力和透明度……我要代表美国人民感谢习近平主席!”

美国卫生与公众服务部长亚历克斯·阿扎赞赏中国此前将新型冠状病毒基因序列信息公开,强调这有助于病毒诊断方式研发。他还表示,无论是在双基础上,还是在世界卫生组织的框架下,美方专家愿意随时立即前往中国,协助中国防控疫情。

埃及卫生和人口部长哈莱表示,新型冠状病毒感染的肺炎疫情是国际社会面临的共同挑战。“埃及政府高度赞赏中方应对疫情采取的果断有力的防控举措,这不仅有效保障了中国人民的生命安全和身体健康,也为积极维护全球公共卫生安全带来了信心,展现了中国政府高度负责的态度。我们将坚定同中国人民站在一起,提供力所能及的帮助。”

非洲疾控中心主任约翰·肯格松指出,中国在这次疫情防控中的努力“令人印象深刻”。他认为,中国在应对疫情方面采取了积极举措,对病毒感染者进行了及时隔离,并一直向世界通报新型冠状病毒感染的肺炎患者的相关情况。非洲疾控中心同中方保持畅通的沟通,能够从中方获取疫情方面的最新信息。

“中国正采取史无前例的措施遏制疫情蔓延”

比利时商务咨询公司赛百思首席执行官弗雷德里克·巴尔丹说,在应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情方面,中国政府再次展现了迅速而强大的行动能力。“中国正采取史无前例的措施遏制疫情蔓延。”中国党和政府把人民群众生命安全和身体健康放在第一位。在疫情面前,中国政府采取的举措及时有力,有效保护了人民健康。中国人民在疫情面前所表现出的团结互助精神让人印象深刻、深受感动。

文莱国会议员哈尼表示,此次疫情发展速度很快,中国政府及时采取了果断措施。目前,中国政府和全国人民万众一心全力对抗疫情。中国政府作出的努力不仅是对中国人民的健康负责,也是对国际社会的积极贡献。中国全力防控疫情的举措,尽可能地避免了疫情更大范围传播,包括对东南亚国家的影响。

南非旅游局首席执行官奈特休纳积极评价中国政府采取的防控措施和信息透明举措,认为中方当前的举措是现阶段应对疫情的有效行动,特别是在离境口岸采取物理、化学检验检疫手段有助于防止疫情蔓延。同时,在极短时间内修建容纳数千人的专门医院,再次展现了中国超群行动力。

法国公共卫生专家伊夫·查帕克表示,中国对新型冠状病毒感染的肺炎患者采取了大规模的隔离措施,这是一次创新性实践,将为此后全球应对公共安全危机提供经验和借鉴。

“这种上下一心的凝聚力令人肃然起敬”

伊朗外长扎里夫在社交媒体发文,赞赏中方应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情工作。扎里夫说,中国政府及时果断应对,中国全国上下万众一心,让人们对中国打赢疫情防控阻击战充满信心。扎里夫表示“无论顺境逆境,伊朗始终与中国人民站在一起。”

法国国民议会议长理查德·费朗近日表达了对中国防控措施肯定。他说,中国人民正在中国政府的领导下,以坚定的决心和有力的措施应对疫情,法国政府和人民坚定支持中国人民抗击疫情并将提供力所能及的帮助,“相信中国一定能打赢疫情防控阻击战。”

塞尔维亚国际政治经济研究所研究员卡特莉娜·扎基奇表示,疫情面前,中国社会各界都在尽自己最大的努力阻止疫情的继续发展。“我们看到了中国的齐心协力、同舟共济。这种上下一心的凝聚力令人肃然起敬。我希望并且相信这场疫情能够很快结束。”

巴西中国问题研究中心主任罗尼·林斯表示,习近平主席作出一系列重要指示,对防控工作作出明确要求,为中国打赢疫情防控阻击战注入强大信心和动力。中国政府有步骤、有计划地实施了一系列重要措施。团结、纪律和决心将是这场战斗取得成功的重要因素。中国政府果断采取措施,限制人员流动和交通运输,取消公共活动等,对遏制病毒扩散至关重要。与此同时,通过组建高水平队伍,开展科研攻关、奔赴疫情前线,体现出科研工作者的专业和素质。 据《人民日报》

国家卫健委新闻发布会介绍社区防控——

主动报告、主动隔离、主动参与群控

春运即将迎来返城潮,基层怎么控制疫情扩散风险?从外地返回、如果无发热症状,社区如何管理?1月29日,国家卫健委举行新闻发布会,邀请疾控中心专家、社区卫生中心代表解答。

“国家卫健委近日印发一系列通知和技术指南,强化对防控工作的指导。中国疾控中心编写了公众预防指南,包括6个常见场景,提出个人预防建议。”中国疾控中心副主任冯子健建议,从离开疫情流行地区开始,返城人员应连续14天进行自我健康监测,如果出现发热、咽痛、胸闷等可疑症状应及时就诊。

“做好社区防控,必须充分发挥基层组织的动员能力,实行网格化管理、地毯式追踪,责任到人、联系到户,不留死角。”国家卫健委新闻发言人、宣传司副司长米锋介绍。

针对即将迎来的返城潮,社区如何管理?北京市方庄社区卫生服务中心主任吴浩介绍,近期也有从湖北、武汉到方庄社区的人员,方庄社区办事处统筹各居委会工作人员对他们进行了登记管理,并告知他们主动配合居家隔离的具体要求和方案。隔离期间,社区各部门配合,社区居委会协助隔离人员生活必要需求,同时,社区卫生服务中心专业技术人员发挥家庭医生职责,“我们充分利用信息技术开展健康咨询和随访,指导居家监测和知识防护,同时,利用线上咨询疏导心理焦虑。通过家庭医生对发热患者、疑似患者进行全面、分类分层的排查和分流,减少居民盲目就诊,减少交叉感染。隔离观察不是隔离交流,我们的目的是隔绝疫情,但不是隔离真情。”

“我们多渠道对辖区居民进行防控知识和措施的普及,旨在让居民认识到,当前一些短暂的生活约束举措,是对自己、对家庭、对社会负责责任的体现。”吴浩解释,新型冠状病毒感染的肺炎实行的是甲类管理,只有严格遵照传染病防治法,才能群防群控。“此次疫情防控,基层社区卫生服务机构既要承担网点责任,又要保障居民的基本医疗和公共卫生需求,工作量巨大。我们特别帮助得到广大居民的理解和配合,主动报告、主动隔离、主动参与群控,早日战胜疫情。” 据《人民日报》

居家隔离怎么做?

防治知识

新型冠状病毒感染的肺炎疫情暴发以来,居家隔离成为热词,什么情况需要居家隔离?居家隔离期间有哪些注意事项?近日,围绕居家隔离这一主题,中国医学科学院基础医学研究所流行病学与卫生统计学系教授单广良从流行病学角度带来专业解读。

对密切接触者进行隔离医学观察

密切接触者是指凡与传染源(病人、疑似病人、病原携带者)有过密切接触并可能受感染者。例如以下几种情况:

与病人共同居住、学习和工作,同一办公室的同事;同一教室或宿舍的同学;诊疗和护理病人的医护人员、探视病人的亲属和朋友,或其他与病人有过近距离接触的人员。例如,在病人所在的密闭环境中停留过的人员,病人同病室的其他患者及其陪护人员;与病人乘坐同一交通工具,并有近距离接触的人员,包括在交通工具上照料护理过病人的同行人员(家人、同事和朋友等)以及经调查评估后认为有可能近距离接触病人的其他乘客和乘务人员;可疑暴露者是指暴露于新型冠状病毒检测阳性的野生动物及其污染的物品和环境,且暴露时未采取有效防护的加工、售卖、搬运、配送或管理等人员。

医学观察包括居家隔离医学观察和集中隔离医学观察。目前,各地主要

采取的是居家隔离医学观察。新型冠状病毒感染的隔离医学观察期限为被观察对象自最后一次与病例发生无有效防护的接触或可疑暴露后14天。观察期满未发病者可恢复正常的学习、工作和生活。

何种情况可以选择居家隔离?

医疗卫生资源不充分、症状轻微时依据世卫组织提出的有关居家隔离建议,当医疗资源不充分、症状轻微(低烧、咳嗽、鼻涕、无征兆咽痛)且无慢性基础病(如肺病、心血管病、肾衰、免疫缺陷疾病)者,可考虑采取居家隔离的措施。

居家隔离期间,要发挥社区卫生服务中心和医院的作用。患者可以在家打电话或通过微信,向社区医生寻求咨询和帮助。社区医生也可通过电话、微信视频等方式了解和观察隔离者的健康状况,并进行随访指导。轻症患者可由采取了最佳防护措施的社区医生先到家里访视,然后决定患者是否需要去定点医院就诊。

处于疫情初期、暂无疫苗可用时

居家隔离,是遏制疫情的主要非药物干预和低成本的措施。研究表明,在缺乏有效疫苗的情况下,自我隔离等个人防护措施是控制传染病流行的最有效措施之一。开展家庭自我隔离的同

时,公共卫生人员和媒体需要密切合作,为大众提供清晰、一致和简单易行的自我隔离指导,告知隔离期间应该做什么以及如何做好等实用信息,使人们能够充分地、正确地了解采取这些措施的必要性,以获得大众和被隔离者的理解和积极响应。

居家隔离期间要注意什么?

对隔离家庭要开展科学指导

将密切接触者安置在通风良好的独立房间。如果没有独立的房间,也要与密切接触者保持至少1米以上的距离,并限制密切接触者的活动范围,确保共享区域(卫生间和浴室等)通风良好。家庭成员进入密切接触者活动空间时应佩戴口罩。拒绝家庭内外人员的探访。

保持室内空气流动。经常开窗通风,保持室内空气流动。不随地吐痰、咳嗽或打喷嚏时用纸巾或袖肘遮掩口鼻。

勤洗手。使用肥皂和清水洗手时,最好使用一次性擦手纸。尽量减少和避免接触密切接触者使用的用品(手机、遥控器、餐具和毛巾等),做好公共用品(桌椅和门把手等)的消毒,推荐使用含氯消毒剂和过氧乙酸消毒剂。

戴好一次性手套和口罩进行家庭环境清洁和消毒,每天用含氯消毒液湿式拖地,做好垃圾的密封和处理。



居家观察

新华社发

做好隔离人员及其家庭成员的健康监测

每天上午和下午各监测1次体温,随时观察有无新型冠状病毒感染可疑症状(包括发热、咳嗽、咽痛和胸闷等)。与所在地的社区医生保持电话和微信视频联系,随时寻求健康咨询和医护帮助。

保持良好的饮食习惯

多吃富含营养和易于消化的食物,在食用肉禽蛋奶等食物时要充分煮熟,处理生食和熟食的刀具和菜板要分开,处理生食和熟食之间要洗手。多吃蔬菜水果,多喝水。

出现可疑症状后怎么办

若出现发烧或可疑症状准备就医时,要通知社区医生进行登记和随访管理,佩戴口罩前往当地指定的发热门诊就医。前往医院时须避免经过人群密集的场所,避免乘坐公共交通工具,乘坐的车辆应开窗通风。一旦确诊,须对病人接触过的物品和地方进行消毒,并立即对其密切接触者进行隔离。 据《北京晚报》

专家开处方助你“健康宅”

新华社长沙1月29日电(记者 帅才)疫情当前,

很多人自觉选择待在家中成为“宅一族”,有人说自己过了一个“宅年”。记者发现,很多人宅在家中沉迷于电视、网络游戏,或在牌桌上常坐不起。专家提醒,宅在家中久坐、熬夜,容易导致血液变得浓稠,血液循环减缓,容易形成血栓。建议选择一些适合冬日养生的运动,帮助增强人体免疫力,更好地抵御疾病。

湖南中医药大学第一附属医院心血管内科副主任刘建和认为,冬季为一年之中气候最寒冷的季节,是众多疾病的高发季节,冬季养生的重点在于防御寒邪与补肾助阳。中医认为“久坐伤身”,适当的运动必不可少。需要注意的是不要选择太激烈的运动,不要扰动体内的阳气,特别是老年人锻炼应该避

开清晨,躲避寒气,注意保暖,以免阳气散失。

湖南省太极拳协会秘书长黄建良建议,冬季宅在家里适合练习太极拳、五禽戏等养生功法,既可以强身健体,增强人体免疫力,又可以借助舒缓的动作,调节呼吸节奏,缓解紧张的心态。

黄建良说,目前,湖南省太极拳协会发起了“打好太极拳、做好疫情防控”的倡议,向群众推荐结构简单、易学易练的“太极拳八法五步”套路。

刘建和认为,群众在适度运动的同时,应保持精神的安宁与情绪的稳定,不必要因为疫情而过分紧张,这样反而不利于身体健康。建议在夜晚入睡之前,用热水泡脚,促进血液循环,按摩足部穴位,也可以艾灸身体的保健穴位。

让孩子健康平安过大年

专家详解新生儿和儿童新型冠状病毒感染防控

新华社记者 黎昌政 胡喆

随着9个月的婴儿被确诊感染新型冠状病毒,儿童病例开始被广泛关注。虽然目前儿童感染新型冠状病毒的数量比较少,但孩子们的防护不能少。记者在武汉同济医院采访时了解到,近日该院儿科(湖北省儿童医学中心)联合撰写了《新型冠状病毒感染的肺炎流行期间新生儿管理指导意见(第一版)》和《儿童家庭防护措施》,下一步还将发布《儿童新型冠状病毒感染防控指南》和《儿童新型冠状病毒感染诊治指南》,同时开通“发热门诊儿童专区”免费在线问诊,为广大家长提供诊疗咨询服务。

儿童传播途径从哪里来?

武汉同济医院新生儿科主任陈玲教授告诉记者,儿童感染的主要传播途径是飞沫、接触。也有报道结膜传播,这方面也要加强防护。

鉴于生理解剖特点和自身免疫功能低下,儿童是极易出现呼吸道感染的人群,尤其是婴幼儿,且年龄越小,越不容易发现,一旦发病,进展更快。潜伏期最短1天即发病,最长可达14天不等。

新型冠状病毒感染与普通感冒类似:发热、四肢无力、干咳,也有症状不明显病例,或者表现为其他系统症状如消化系统、心血管系统、神经系统、眼科症状等。尤其是新生儿、婴幼儿症状可能更不典型,一旦发现,病程进展快或已错过观察期。

新型冠状病毒感染与普通感冒最大区别是腹泻、呼吸逐渐变得困难。如:呼吸过快或过慢,呼吸过深或过浅,婴幼儿或新生儿则表现为张口呼吸、喘息、呻吟、鼻孔一张一合、点头呼吸,甚至出现口唇、面色变呼吸三凹征等。出现上述症状,应立即就诊。

哪些新生儿需要排查新型冠状病毒感染?

陈玲说,目前尚未发现新生儿感染病例,新生儿新型冠状病毒感染的可能途径有:母婴垂直传播、密切接触传播及飞沫传播、医院内获得性感染,但新型冠状病毒是否通过胎盘垂直传播或者出生后通过母乳喂养传播仍不明。

因此,对符合以下任一条者需要进行新生儿排查:一是孕产妇确诊或高度疑似感染者;二是孕产妇密切接触家人确诊或高度疑似感染者;三是新生儿出生后家庭照护人员有确诊和高度疑似感染者。

同时,母乳喂养应注意勤洗手、注意局部卫生。疑似感染的产妇及未痊愈的确诊产妇不建议母乳喂养。对确诊新型冠状病毒感染的母亲,出生后新生儿应立即按病毒感流程隔离观察两周,不喂母乳。

家长如何帮助儿童防护?

一是及时正确隔离:家里有疑似病例居家隔离

如何有效处理用过的口罩?

1.在医疗机构时

可把口罩直接投入医疗废物垃圾袋中,口罩作为医疗废物,会由专业处理机构进行集中处置。

2.平时

对于普通人

因风险较低,使用过的口罩可以直接丢入垃圾桶。

对于疑似患有传染病的民众

应在就诊或接受调查处置时,将使用过的口罩交给相应工作人员,作为医疗废物进行处理。

对于存在发热、咳嗽、咳痰、打喷嚏等症状的人,或接触过此类人群的人

推荐将口罩先丢至垃圾桶,再使用5%的84消毒液按照1:99配比后,撒至口罩上进行处理。如无消毒液,也可使用密封袋/保鲜袋,将口罩密封后丢入垃圾桶。

我们还需注意什么?

不要触碰别人使用过的口罩
口罩用完后,不要直接放到包里、兜里

央视新闻出品