呼吸系统疾病、心血管病、肿瘤患者如何做好健康防护?

——权威专家解答防疫热点问题

冬季天气寒冷,又面临疫情风险,呼吸系统疾病、心血管病、肿瘤患者如何做好健康防护?出现哪些症状应及时就医?国务院联防联控机制组织相关领域权威专家作出解答。

呼吸系统疾病患者如何做好健康防护?

北京协和医院呼吸与危重症医学科副主任徐凯峰介绍,患有慢阻肺、哮喘、肺纤维化等呼吸系统疾病的患者,一旦感染新冠病毒,呼吸道症状有可能加重。这部分人要特别注意做好几方面防护:

一是接种相关疫苗,除新冠病毒疫苗外,流感疫苗和肺炎球菌疫苗也非常重要。二是尽早戒烟,很多呼吸系统疾病患者有吸烟史,吸烟对呼吸道健康影响很大。三是日常对呼吸系统疾病做好控制,坚持规律用药。

呼吸系统疾病患者出现哪些症状应及时就医?

徐凯峰提醒,有呼吸系统疾病的患者,自己或陪护人员应特别注意观察监测这些指标:

一是呼吸频率是否比平时更快,是否出现呼吸困难。

二是血氧饱和度是否明显下降,尤其是降到90%以下时,可能已出现严重肺部受损,一定要引起高度重视,及时就诊。

三是精神状态是否跟平时有很大不同,如果出现异常的精神萎靡,也是疾病可能加重的一项指标。

心血管病患者如何做好健康防护?

中国医学科学院阜外医院心内科主任医师张健表示,感染奥密克戎后,一般情况下,过去持续服用的降压药等治疗药物应照常服用,不应随意停药。

张健介绍,日常的退烧药、感冒药,目前没有发现与常用的心血管病治疗药物有冲突。如果使用一些抗新冠病毒的药物,务必严格遵医嘱或按照说明书要求,以规避药物相互作用带来的影响。

张健表示,部分患者如果感染了奥密克戎,饮食起居可相应略作调整,比如心衰病人日常不能大量饮水,此时应适量饮水。

心血管病患者出现哪些症状应及时就医?

张健提醒,冬季是心血管病高发的季节,一些感染容易诱发或加重心血管病。

张健表示,如果患者频频发生心绞痛,或感染奥密克戎后出现气短、心慌,就要注意基础疾病是否出现加重倾向。一旦感觉原有疾病加重,应及时到医院就诊。

肿瘤患者如何做好健康防护?

中国医学科学院肿瘤医院肿瘤内科主任医师王燕表示,肿瘤患者如果不处于治疗期,面对奥密克戎,跟普通人的预防、治疗没有太大区别。

如果处于治疗期、正在接受放化疗等治疗,出现了一些呼吸道感染的症状,则要首先鉴别是否由新冠病毒感染导致。王燕提醒,肺癌患者容易出现发烧、干咳等症状,部分肿瘤患者正在做的抗肿瘤治疗也会导致乏力、肌痛、腹泻等反应,应注意区分。

肿瘤患者出现哪些症状应及时就医?

王燕表示,不处于治疗期的肿瘤患者,日常可跟普通人一样进行症状观察监测,决定是否及时就医。

王燕建议,治疗期的肿瘤患者万一感染了新冠病毒,可暂时把抗肿瘤的放化疗或免疫治疗停一下。如果是新冠轻症,大约1至2周就能康复,不会过多影响抗肿瘤治疗。如果是新冠重症,优先治疗新冠,康复之后再去考虑抗肿瘤治疗。

据(新华社)

感染了出现发烧如何处理?如何判断症状加重需尽快就医?

——权威专家回应防疫热点

当前,新增感染者处于快速增长期,新一波疫情高峰来临,部分人群感染后出现临床症状,包括发热、肌肉关节酸痛、咽喉肿痛等表现。感染了奥密克戎变异株出现发烧如何处理?如何判断症状加重需尽快就医?围绕社会热点关切,国务院联防联控机制有关专家作出解答。

1.问:感染了奥密克戎变异株出现发烧如何处理?

答:如果感染新冠病毒后出现发烧、咳嗽、咳痰、咽痛、咽干等症状,可以对症用药,但是无须囤药或大量购买药物。

体温低于38.5℃的时候,可以通过适当多饮水、物理降温等方法缓解。当体温高于38.5℃时,或体温未升至38.5℃,但有明显不适、影响休息时,可使用退热药。

需要注意的是,退热药在使用时,一定注意每日的服药次数、最大服药剂量,尽量避免与复方"感冒药"等含有退热成分的药物联合使用。退热药大多都含有对乙酰氨基酚或布洛芬成分,如果只有发热,其他的症状不明显,可以选择其中一种单一药物即可。

2.问:感染后怎样更好康复?

答:目前奥密克戎变异株病毒致病力下降,大部分新冠病毒感染者都可以居家监测治疗。

感染新冠病毒后,居家监测治疗期间可能出现无力、疼痛、嗅觉味觉减退等功能障碍,大多会随着病情好转而缓解,如持续不缓解需要及时就医进行专业评估及处理。

假如遇到体温超过38℃,伴头痛、全身酸痛等症状:首要任务是休息。此时体能非常有限,很容易疲劳,需要合理安排自己必须完成的日常任务,保证充足的休息时间。例如,若高热期仍需要自己做饭,可以在各种降温措施的有效期即退热时间段内做饭、吃饭,之后马上继续卧床休息。

3.问:居家患者如何判断症状加重需尽快就医?

答:感染者如出现以下情况,应尽快就医:一是出现呼吸困难和气短;二是经过药物治疗后仍发烧超过38.5℃,持续3天以上;三是原有基础病加重,用药也控制不住,或出现心前区疼痛;四是儿童出现嗜睡、呕吐、腹泻、拒食等情况;五是孕产妇出现头痛头晕、心慌气短或者胎动异常等情况。

专家提醒,有呼吸疾病的患者感染后容易给原发基础疾病带来进一步变化,患者可以争取及时监测血氧饱和度,了解病情是否有变化。

据(新华社)

哪些人应该打『第四针』疫苗?如何打?

——国务院联防联控机制专家解答防疫热点问题

近日,国务院联防联控机制综合组印发方案,部署开展第二剂次加强免疫接种。哪些人应该打"第四针"疫苗?"第四针"打什么疫苗?围绕社会热点关切,国务院联防联控机制有关专家作出解答。

1.问:哪些人应该进行第二剂次加强接种?

答:现阶段老年人等高风险人群持续面临被感染的风险,疫苗接种是疫情防控的重要措施和手段。

为了更好地保障人民群众身体健康和生命安全,根据疫苗研发以及紧急使用的批准情况,感染高风险人群、60岁以上老年人群、具有较严重基础性疾病人群和免疫力低下人群,在完成第一剂次加强免疫接种满6个月后,可进行第二剂次加强免疫接种。

2.问:现在进行加强免疫接种有什么用?

答:新冠病毒疫苗接种之后产生保护作用主要包括:产生抗体、产生细胞免疫、产生免疫记忆等。

接种疫苗之后,随着时间的推移,抗体水平会下降。此外,随着病毒变异,免疫逃逸也在增强,使得抗体的作用在削弱。不过,细胞免疫在预防重症和死亡方面起到的作用比较持久。

研究表明,接种加强针可以唤起机体的免疫记忆细胞,也会提升抗体水平,进一步巩固对重症和死亡的预防作用。只要符合接种条件,没有完成加强免疫的人应尽快按照免疫程序的规定完成加强免疫,以起到更好的保护效果。

3.问:第二剂次加强接种可以接种哪些疫苗?

答:目前所有批准附条件上市的或紧急使用的13种疫苗都可用于第二剂次加强免疫。优先推荐序贯加强免疫,或采用含奥密克戎毒株或对奥密克戎毒株具有良好交叉免疫的疫苗。

序贯加强免疫,是指采用不同技术路线的疫苗进行异源加强免疫。前期如果接种了三剂次灭活疫苗,在第二剂次加强免疫时,可以选择重组蛋白疫苗、腺病毒载体疫苗或流感病毒载体疫苗中的任一种,这也是国家列举推荐的接种组合。

4.问:疫苗接种的安全性如何?

答:中国疾控中心对我国已经开展接种的超过34亿剂次、超过13亿人的不良反应监测发现,我国新冠病毒疫苗的不良反应发生率与常年接种的其他一些疫苗相当,而且老年人的不良反应发生率还略低于年轻人。

对于老年人来说,《加强老年人新冠病毒疫苗接种工作方案》明确了4种接种禁忌。糖尿病、高血压等慢性疾病如果处于稳定期,可以接种新冠病毒疫苗。

5.问:"阳"过还能进行第二剂次加强接种吗?

答:按照目前的新冠病毒疫苗接种技术指南规定,如果确诊感染了新冠病毒,感染时间和接种新冠病毒疫苗时间应间隔6个月以上。

目前来看,单纯感染产生的免疫保护力,不如感染加上接种疫苗产生的混合免疫力保护作用强。如果符合接种疫苗的时间间隔,建议进行第二剂次加强免疫接种。 据(新华社)

居家治疗应科学合理用药

如果感染新冠病毒,可以按照《新冠病毒感染者居家治疗常用药参考表》,依据发热、咳嗽、流鼻涕、鼻塞、咽干咽痛等症状,选择其中所列出的常用药物。要对症用药,并按照药品说明书服用或咨询医生。无须囤药或大量购买药物。

尤其需要注意的是,很多镇痛药虽然药名不同,但成分相同,不能混合服用。如果用多了、吃多了,可能造成不良反应。

患有基础疾病的人群,要保障基础疾病用药,病情稳定时,无需改变正在使用的基础疾病治疗药物剂量。同时,不能滥用抗菌药物,要在医生指导下使用。

此外,《新冠病毒感染者居家治疗指南》显示,在科学合理用药进行对症治疗之余,家庭还应当配备感染者专用体温计、纸巾、口罩、一次性手套、消毒剂等个人防护用品和消毒产品及带盖的垃圾桶,做好感染防控。 据(吉林日报)

儿童感染新冠病毒如何居家治疗

儿童感染新冠该如何居家治疗?需要注意哪些问题?不同年龄段的儿童用药有何不同?如何科学用药?省妇幼保健院副院长孙智勇在接受记者采访时,给出了建议。

如果儿童确诊了新冠病毒感染,家长们不要慌乱,症状较轻的可选择居家隔离观察。首先,隔离期间最好选择单独的房间居住,家长也要做好防护,每日开窗通风,通风时注意保暖。其次,让孩子保持规律的作息、充足的睡眠,合理膳食、均衡营养、多喝水、多吃水果蔬菜。最后,加强亲子沟通,保持一个好心情,共同度过感染阶段。

应对新冠,家里可给孩子准备布洛芬或对乙酰氨基酚,同时要注意以下细节:

1.<3月龄的小婴儿,应尽快就医。

2.≥3月龄但是<6月龄的婴儿,通常用对乙酰氨基酚。

3.≥6月龄,对乙酰氨基酚或布洛芬都可以用,但建议优选对乙酰氨基酚,因为对乙酰氨基酚有更长期的安全追踪记录。

4.同时需要退热和抗炎时,建议优选布洛芬。

5.对于两种药物都没有禁忌症的儿童,如果服用一种药物到下次服药时间前体温又升上来,可以改用另一种,注意是改用而不是交替使用,改用后如果效果良好就持续用。

另外,秋冬季也是儿童呼吸道疾病高发的季节,除了新冠病毒感染,还有流感病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒等也可以引起儿童呼吸道感染,甚至很严重的并发症,部分存在混合感染的可能。

为此,家长需针对孩子的体重、症状以及不同的年龄等条件认真阅读药物说明书,如果患儿症状持续不缓解或进行性加重,建议马上到医院就诊。 据(吉林日报)

本报敬告

本报刊登的所有广告均为信息发布,不作为合作或签订合同的依据,读者请慎重考察和咨询后再合作或签订合同,以免发生纠纷,涉及钱款更要谨慎处理,如发生任何纠纷,本报概不负责。

吉林农村报

中缝广告诚招地区代理

大安地区代理:王聪 13278177607

柳河地区 13844559606

省内其他地区 0431-80563797