



核酸结果异常是否就代表阳性?一家人都感染了,居家时是否需要防护?感染后怎样科学用药?阳过之后,还会不会复阳?12月17日,十堰市卫健委相关负责人就市民关心的相关问题回答了记者的提问。

■记者 张贞林 特约记者 常斌

如何科学用药 阳过之后会不会复阳

市卫健委相关负责人答记者问

一家人都感染了,居家时是否需要防护?个别家庭成员感染了没有条件单独隔离,怎样尽可能减少传染?

感染者居家治疗期间,应注意做好相应的防护措施,以降低居家传播病毒的风险。

在条件允许的情况下,应尽可能在家庭相对独立的房间居住,使用单独卫生间。家庭应当配备体温计(感染者专用)、纸巾、口罩、一次性手套、消毒剂等个人防护用品以及消毒产品、带盖的垃圾桶。

尽量不与其他家庭成员接触。非单独居住者,日常生活、用餐尽量限制在隔离房间内,其他人员不进入隔离房间。在相对独立的隔离室外放置桌凳,作为非接触式传递物品的交接处。

当必须离开房间,或进入有同住人员在场的公共空间,应规范佩戴医用外科口罩,保持1米以上距离。如感染者为哺乳期女性,可在做好个人防护基础上继续母乳喂养。

每天定时开窗通风,保持室

内空气流通,不具备自然通风条件的,可用排气扇进行机械通风。房间每日至少上午、下午各进行1次开窗通风,每次30分钟以上。中央空调应关闭回风,按照全新风模式运行。

做好卫生间、浴室等共享区域的通风和消毒。坐便器冲水时,先盖马桶盖再冲水;若使用单独卫生间,可每天进行1次消毒。如与家庭成员共用卫生间,感染者每次用完卫生间均应消毒。

用过的纸巾、口罩、一次性手套以及其他生活垃圾装入塑料袋,放置到专用垃圾桶。如接触呼吸道分泌物,立即洗手或消毒。

不与家庭内其他成员共用毛巾、餐具、水杯、牙膏、漱口杯等生活用品,感染者个人物品如衣物、床单、毛巾等用品与他人分开存放、分开洗涤消毒;单独

使用餐具,餐具使用后应当清洗和消毒。被唾液、痰液等污染的物品随时消毒。

做好家庭感染防控,以下三个方面是关键:即同住人员的个人防护、家庭通风和家庭消毒。同住人应做好个人防护,一并遵守居家隔离康复管理要求。尽量不与感染者直接接触,不共用生活用品,每天开窗通风,戴口罩,勤洗手,做好居家环境卫生清洁,采取分餐制。严格落实非必要不外出,拒绝一切探访,如就医等特殊情况必需外出时做好个人防护,规范佩戴N95/KN95颗粒物防护口罩,避免乘坐公共交通工具。每日早、晚各进行1次体温测量和自我健康监测。出现发热等可疑症状后,按要求进行抗原自测或核酸检测。被确认为感染者后,按照感染者管理。

前期有专家称感染新冠就像感冒,为什么许多感染了的人感觉比普通感冒严重得多?

普通感冒与新型冠状病毒感染的病原体不同,症状也存在差异,新型冠状病毒的毒株在不断变异中,目前我市流行毒株主要症状是发热、头疼、肌肉酸痛、乏力、咽痛等,有部分人症状比一般感冒重。



感觉病毒传染性极强,我们应怎样尽量晚一点感染?

积极接种疫苗。接种新冠疫苗仍是预防重症的有效手段,符合接种条件者均应接种疫苗;符合加强免疫条件的接种对象,应及时进行加强免疫接种。特别是高龄老人要尽快接种新冠疫苗,早日获得健康保护。奥密克戎变异株病毒传播快、潜伏期短、隐匿性强,高龄老人一旦感染新冠病毒,面临的健康危害大。家有老人、尤其是80岁以上的高龄老人,家属应及时陪同老人接种新冠病毒疫苗。

筑牢个人“防护墙”。随着生产生活逐步恢复正常,个人活动半径也随之扩大,这种情况下个人防护的重要性更加凸显,更要引起重视。做好防护要做到“五还要”——口罩还要继续戴、社交距离还要留、咳嗽喷嚏还要遮、双手还要经常洗、窗户还要尽量开,非必要不聚集。市民不但要做自己健康的“第一责任人”,还要做家人的“健康监护人”,督促、帮助家人尤其是“一老一少”做好个人防护。工作人员尽量保持单位和住所两点一线,居家人员尽量减少不必要的外出,保持健康生活方式,杜绝焦虑和烦躁,合理休息心态好。

做好基础疾病管理,防范多种呼吸道传染病。冬季也是流感等呼吸道疾病的高发期,为防范呼吸道传染病与新冠病毒肺炎叠加流行的风险,广大市民群众要注意防寒保暖,室内常通风,出门戴口罩,老人、儿童等重点人群可接种流感疫苗。患基础疾病的老年人,可以适当储备常用药品,减少出入医院、药房的次数。

感染后怎样科学吃药?哪些情况下必须吃药?目前对症效果好的药物是哪些?

目前能治疗新冠病毒的特效药物不多,主要以支持、对症治疗为主,病程7—10天后多能自愈。对于无症状的感染者和部分轻症病例并不需用药。当存在相关症状时可根据条件选用,不建议同时使用两种以上的

退热药,避免过量。

抗病毒药物:连花清瘟胶囊、疏风解毒胶囊、paxlovid或阿兹夫定等;

退热药:对乙酰氨基酚、布洛芬等;

鼻塞、流涕、止咳:复方美敏

伪麻溶液或复方福尔可定口服液等;

咽痛、发热、咳嗽、流涕:速效伤风胶囊、感冒灵或新康泰克等;

止咳、化痰:甘草片、肺力咳胶囊、福多司坦、半胱氨酸泡腾片等。

感染后出现哪些症状必须去医院治疗?

大部分新冠病毒感染者都是可以居家的,但出现下面情况时,我们建议到医院进行诊治:

出现呼吸困难和气短;

经过药物治疗以后持续发烧超过38.5℃,且3天以上;

原有基础疾病症状明显加重,用原药不能控制;

儿童、小孩出现嗜睡、呕吐、

腹泻、拒食等,治疗以后不能缓解,超过两天;

孕产妇出现头痛、头晕、心慌、气短或者胎动异常等情况。

发烧多少度才须吃退烧药?

当体温超过38℃,且存在明显不适时可考虑使用退烧药。但

退烧药仅是一种对症处理,并不作为必须用药。当然对发热的体

验存在个体差异,个别病人即使低热但存在明显不适亦可使用。



阳性7天后到哪些地方做核酸?抗原自检是否精准可靠?

病人阳性7天后,并不建议到医疗机构进行常规核酸检测,更推荐在家自测新冠抗原。若想去核磁共振检查,可到卫生部门发布的各级医院和指定社区核酸点采集核酸。

到核酸采集点应该错峰,戴N95口罩,保持间距。从现有研究报道来看,抗原自检的灵敏度在95%以上,与核酸相比误差小于2%。

(下转4版)