

我市疫情防控专家解读市民关心的热点问题

科学应对,做自身健康第一责任人

□记者 姜琰 李倩 陶秋凤

核酸检测被通知“混管阳性”怎么办?自己“阳”了,居家隔离出现相关症状该怎么做……近日,我市优化调整了疫情防控措施,“做自身健康第一责任人”成为社会公众的共识。12月19日下午,针对新的疫情防控形势下,市民普遍关注的热点问题,记者专门采访了市疫情防控专家、市卫健委副主任李军民。

混管阳性,莫恐慌

“前几天,身边不少同事和亲友核酸检测都被通知‘混管阳性’。”12月18日上午,在市区一家企业上班的市民张先生给本报打来咨询电话说,自己刚刚也收到了核酸检测“混管阳性”的结果,现在应该怎么办?

“碰到这种情况的市民尽量不要恐慌,应立即向村居或社区报告,并佩戴医用外科口罩或N95医用防护口罩做好个人防护,自行前往就近的核酸采样点进行采样。”李军民提醒市民,采样时,采样人员将“混管阳性”短信通知告知工作人员,进行单管单采后,立即佩戴好口罩居家等待核酸检测结果,居家期间尽量待在相对独立空间(比如单独一个房间),避免与家人接触。

如果核酸检测结果为阳性,市民应再次向村居或社区报告,进行居家隔离观察;如果结果为阴性,即恢复正常生活。

发现阳性,这样做

“市民被告知自己核酸检测阳性后,该如何配合疫情防控?”李军民说,此时首先要保持冷静,不要惊慌失措;立即原地自我隔离,有条件的应当单人单间,戴好口罩,与他人保持一定距离,并保持通信畅通。

“市民通过自主抗原检测阳性,该如何正确处理?”自主抗原检测阳性后,即试剂盒C和T处显示红色或紫色的两条杠时,请立即向所在地村居或社区报告抗原检测结果,并在其指导下落实管理措施。

没有症状或症状轻微时,可居家隔离治疗,按照居家隔离治疗人员用药指引,选择适宜的药物治疗。症状加重需要就诊时,可向村居或社区提出需求,按要求前往医疗卫生机构发热门诊(诊室)就诊。

居家隔离,怎么办

“居家隔离期间,阳性感染者需注意哪些事项?”专家提醒市民,居家隔离期间不得外出,拒绝一切探访。对因就医等确需外出人员,需向村居或社区报告。

非单独居住者,其日常生活、用餐尽量限制在隔离房间内,其他人员尽量不进入隔离房间。隔离房间内活动可不戴口罩,离开隔离房间时要戴口罩。尽量避免与其他家庭成员接触,必须接触时



12月17日,央视《晚间新闻》聚焦盐城射阳:244个健康服务队做好居家人员社区服务。

保持1米以上距离,规范佩戴医用外科口罩或N95医用防护口罩。每天定时开门窗通风,保持室内空气流通。

同时,不与家庭内其他成员共用生活用品,餐具使用后应当清洗和消毒。在居家隔离房间的门口放置桌凳和易于消毒的容器,如金属盆、瓷盆等,作为非接触式传递物品的交接处。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,并按规范做好消毒处理。

此外,还要做好卫生间、浴室等共用区域的通风和消毒。若使用单独卫生间,厕所可每天消毒一次。如果是家庭共用卫生间,居家隔离医学观察者每次用完厕所应当消毒一次。被唾液、痰液等污染的物品随时消毒。

特殊人群,需注意

“孕产妇发现自己核酸检测阳性怎么办?”针对孕产妇等特殊人群的相关问题,专家解答说,对于新型冠状病毒感染的早孕人群,不应该盲目“终止妊娠”,新冠病毒宫内传播概率较低。若在隔离期间出现出血、腹痛等情况,需及时就医。

哺乳期母亲感染新冠后,在做好个人防护的基础上可继续母乳喂养婴儿。在居家隔离期间,建议与孩子分房间生活,喂养时产妇可将乳汁挤出后,由家庭健康人员用奶瓶或勺子来喂养孩子。如果居家隔离居住条件不允许,建议接触孩子或吸奶器前采用“七步洗手法”至少洗手20秒,同时戴上面罩和口罩,母乳喂养期间避免说话或咳嗽。若有咳嗽或打喷嚏等,需立即更换口罩。提取乳汁时严格注意清洁卫生,吸奶器应规范消毒。孕产妇非必要不外出,不接受探访,可通过服务专线咨询相关问题。

幼儿出现高烧、呼吸急促、嗜睡或清醒时没有互动、喂养困难(无法饮水或进食母乳)、嘴唇或脸色发青,持续腹泻或呕吐等症

状;孕妇出现头痛、头晕、心慌、憋气等症状,或出现腹痛、阴道出血或流液、胎动异常等情况;原有基础疾病明显加重且不能控制等情况时,一定要立即向村居或社区报告,同时佩戴N95医用防护口罩前往就近医疗机构就诊,如需急救可拨打120急救电话。

发热门诊,如何找

疫情防控新形势下,出现发热症状怎么办?哪个发热门诊(诊室)距离最近?怎么避免跑空?为方便市民就医问诊,我市日前公布了发热门诊(诊室)名单和地址。为方便群众查询发热门诊(诊室),我市在医疗机构周边主(次)干道醒目位置,按照统一格式安装了可发光指示牌,市民根据指引即可找到附近发热门诊(诊室)。

市民可以在线一键查询,打开“我的盐城”APP,点击首页“在线健康服务”—“发热门诊查询”,系统自动获取实时定位,默认显示距离最近发热门诊(诊室)信息。也可以打开“百度地图”APP,在搜索框输入“发热门诊(诊室)”,点击搜索,即可看到附近发热门诊(诊室)位置和距离,选中目标后便可进入导航界面,操作十分便捷。

此外,市民还可通过健康服务团队电话咨询。目前,我市各县(市、区)街道(乡镇)、社区(村居)均成立了健康服务团队,并开通问诊咨询热线,如有发热门诊(诊室)相关问题,可直接电话咨询。

无症状或症状轻微的、无严重基础疾病或基础疾病处于稳定期的发热患者(体温超过37.3℃),一般不需要去医院发热门诊就医,可选择居家治疗,如确需去医院就诊,要全程做好个人防护,点对点到达医疗机构发热门诊,就医后再点对点返回家中,尽可能不乘坐公共交通工具,避免出现交叉感染。在医疗机构就诊时,请遵守医院发热患者诊疗流程和规范,接受医务人员引导。



主办:盐城市卫生健康委员会
盐阜大众报业集团
健康教育 协办:盐城市疾病预防控制中心

正确佩戴口罩很重要

为切实阻断新冠肺炎等呼吸道传染病流行,保障人民群众身体健康和生命安全,广大居民应养成科学规范全程佩戴好口罩的文明习惯,做好个人防护,保护公众健康,助力疫情防控。目前来看,在什么情况下需要佩戴口罩呢?

市民在去商场、超市、电影院等密闭的公共场所,去医院就诊或者陪诊,乘坐电梯,搭乘公共交通工具,以及在人员密集的露天广场、剧场、公园等都是应该佩戴口罩的。

佩戴口罩一定要规范,注意盖住口鼻和下巴,鼻夹要夹紧,切不可露出口鼻、把口罩拉到下巴、暴露鼻子等,这些都是不正确的做法。咳嗽打喷嚏也一定要遮掩好口罩。

选用口罩的时候建议市民佩戴一次性医用口罩、医用外科口罩或者是防护级别以上的口罩,一般情况下在口罩出现潮湿、脏污、变形的时候需要立即更换。如果戴口罩去医院或者是乘坐跨地区的公共交通工具后也建议立即更换口罩。

大家一定要谨记:病毒狡猾不可侥幸,口罩虽薄但是能防疾病传播,口罩虽小但体现文明素养,为了您和他人的健康,请养成正确佩戴口罩的好习惯!

盐城健康

[微信公众平台]

坚持“三件套”
牢记“五还要”

请扫码阅读