

感染了出现发烧如何处理? 如何判断症状加重需尽快就医?

——权威专家解答防疫热点问题

新华社北京12月24日电 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,可以通过适当多喝水、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,或出现胸前区疼痛;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。

新华社记者

英国超半数成年人减少购买食品饮料

新华社北京12月24日电 英国食品标准局公布的最新调查结果显示,英国超过一半的成年人正在减少购买食品和饮料。

英国《卫报》22日援引上述调查结果报道,在英格兰最贫困地区,61%的受调查者说,他们上月购物时减少购买食品。这一比例在最富裕地区为44%,在全英国为51%。

这是2022年10月7日在英国曼彻斯特一家超市拍摄的购物篮内的商品。新华社发(乔恩·休珀摄)

将近四分之一受调查者说,因买不起食品而不吃某顿饭或减少饭量。

英国国家统计局最新数据显示,截至11月,食品和非酒精类饮料今年涨价16.5%,为1977年9月以来最大涨幅。面包和麦片等主食涨价最多,仅上个月就涨价1.9%,年化涨幅达16.6%。

《卫报》报道,鉴于低收入家庭主食占食品预算比例更大,这意味着这一群体面临的通胀率更高,达10.5%。高收入家庭面临的通胀率为9.1%。

一些分析师认为,超市低价商品涨价速度超过高价商品,对需要存钱的人群构成压力。

报道援引本周发布的一项调查结果说,今年7月至12月,原本售价低于75便士(约合6.31元人民币)的商品涨价16%,涨速最快。与之对比,7月售价在1.5英镑(12.62元人民币)与5英镑(42.06元人民币)之间的商品涨价不到4%;售价超过5英镑的商品降价将近4%。

英国国家统计局10月说,超市平价食品整体价格在截至9月的一年间上涨17%,涨速相当于截至4月的一年间的将近两倍。

卜晓明

新冠感染后咳嗽不止? 医生告诉你这样做

新华社成都12月24日电 新冠病毒感染后,不少人出现了咳嗽、发热、肌肉酸痛等临床症状。部分感染者在转阴后,仍有咳嗽的情况。新冠感染后咳嗽不止,甚至痰中有血丝怎么办?四川大学华西医院呼吸与危重症医学科副主任王刚就相关问题进行了解答。

问题一:感染新冠后的咳嗽跟一般感冒引起的咳嗽一样吗?

王刚:新冠病毒感染后,往往会咳嗽的症状,它和普通的感染性咳嗽、感冒,甚至流感咳嗽,是不一样的。原因是新冠病毒具有嗜神经性,容易导致神经病理和炎症方面的改变。比如导致嗅觉减退或者味觉减退,实际上就是对我们的迷走神经引起的病理损害。所以,新冠病毒感染后的咳嗽比普通感冒、流感相关感染咳嗽会更严重和持久。

问题二:感染新冠后一直咳嗽需要用药吗?

王刚:通常可以采用一些外周性和中枢性的镇咳药物,用药时还要根据急性阶段、亚急性和慢性阶段情况服用不同药物。对于急性阶段的新冠感染咳嗽,不能单纯使用镇咳药物,需要联合抗组胺药物和减充血剂一起治疗。在发热阶段,还需要联合解热镇痛药物一起解决。亚急性和慢性的新冠感染后的咳嗽,是按照《中国咳嗽诊治指南》标准来进行治

疗的,可以给予镇咳药物进行治疗,中医传统的方药也是可以考虑的。

问题三:咳嗽有痰,可以用化痰的药甚至抗生素吗?

王刚:需要根据咳痰液的颜色来判断,这个非常重要。通常情况下,新冠感染后导致黏液分泌增加,痰液一般是白色的,如果是白色的痰液,尽管多,但是容易咳出来的话,可以不用加化痰药物。但是如果痰液颜色发生变化,从白色转变成黄色甚至金黄色痰液,就需要警惕是病毒感染后合并细菌感染,需要联合抗细菌药物。

问题四:咳嗽时发现痰中有血丝,是身体出了大问题吗?

王刚:如果患者既往没有发生过咳血的情况,这次在新冠感染后发生了咳血,如果痰中带血,而血又在痰液表面,那么只是黏膜损伤,这种情况不用紧张,观察就可以了。如果血和痰液混合均匀,说明咳血可能来自下呼吸道,也有可能是在细支气管、肺泡,如果咳血量继续增加,呈鲜红色,建议需要做相关检查,到医院就诊。

问题五:新冠感染后的咳嗽大概会持续多久?

王刚:在急性期,大约有60%~80%的患者会出现咳嗽,一般可以自然缓解。当咳嗽在亚急性阶段,就是三周以后,如果咳嗽仍然没有缓解,通常建议到专科进一步就治疗。

记者 董小红



这是12月23日在美国休斯敦市拍摄的无家可归者的帐篷。

一场超强冬季风暴22日给美国大片地区带来显著降温、寒风以及雨雪天气,得克萨斯州主要城市气温都降到零摄氏度以下。休斯敦市政府设立多个取暖中心,为无家可归者和家中缺乏供暖设备的居民提供御寒衣物和过夜场所。

新华社发 陈晨 摄

韩国拟向热门景点派遣警察 防范节庆踩踏

新华社北京12月24日电 韩国警方23日说,计划本周末圣诞节期间向全国热门旅游景点派遣超过650名警察,以防范发生踩踏悲剧。

韩国警方承诺,本周末将密切监测上述景点的人员密集程度,防范发生踩踏事故。韩联社以韩国警察厅为消息源报道,警方打算本周末派遣650多名警察在37个旅游景点管控人流,包括首都首尔市中心的明洞商业街、南部城市釜山的海云台海滩景区等,预计这些景区届时可能迎来多达50万人次的游客。

2022年10月30日,警察在韩国

首尔踩踏事故现场警戒。新华社发(李相浩摄)

此外,韩国警察厅还预测,该国269个景点在跨年夜可能迎来总计124万人次的游客。韩国警察厅正与这些景区所在的地方政府协商警力部署事宜。

今年10月29日晚,大量民众在首尔龙山区梨泰院洞一带参加万圣节派对时发生踩踏事故,造成158人死亡。事发地点在某酒店旁一条狭窄巷子内,现场人员过于密集,以致前方有人跌倒后,后方人流继续跟进,局面失控。

杨舒怡