

# 返乡过年，请收好这份防疫指南

新华社北京1月17日电(记者王明浩、乌梦达、侠克)春节假期临近，返乡人员增多，国务院联防联控机制农村地区疫情防控工作专班发布倡议书，提倡返乡途中要做好个人防护。曾感染过新冠病毒的人员在返乡路上如何做好防护?乘坐火车、飞机是否有风险?回家后是否会感染还没“阳”的家人?节日期间如何健康生活?针对公众关切的焦点问题，记者采访了有关专家，这份防疫指南请收好。

## 返乡前要做好哪些准备?

北京佑安医院感染综合科主任医师李侗曾说，首先要合理安排出行，先判断自己是否已经“阳康”，返乡初期尽量少聚集、少聚餐、不扎堆；居家治疗的新冠病毒感染者非必要不返乡探亲；出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状的人员，建议未排除感染风险前暂不返乡。返乡前，关注气候变化，备齐保暖衣物；同时要准备口罩、手部消毒液、消毒湿巾等防护用品，携带体温计、抗原检测试剂和解热镇痛、止咳药等常用药品。

北京儿童医院急诊内科主任王荃表示，如果孩子生病，建议暂缓出行。适合出行时，除了准备好防护用品外，到达目的地后尽量不去人员过于聚集的地方，减少孩子感染机会。

## 乘坐高铁、飞机等交通工具如何做好防护?

李侗曾介绍，冬季也是呼吸道传染病的高发季节，在环境密闭、人员密集的公共场所，如乘坐飞机、火车、公

交、地铁等公共交通工具时，建议全程规范佩戴口罩。在公共场所要与他人保持合理社交距离，尽量减少与他人近距离接触。

王荃表示，儿童乘坐公共交通工具出行也要做好防护。3岁以下儿童一般不推荐佩戴口罩，主要做好儿童手卫生，避免到处乱摸后再触摸眼、口、鼻。

“阳康”后会传染还没“阳”的家人吗?

北京地坛医院感染性疾病临床中心主任陈志海表示，若已经“阳康”，且核酸、抗原检测均为阴性，一般不再具有传染性。但仍建议返乡后做好健康监测，密切关注自身及家人的身体状况。

李侗曾说，每个人的体质不同，病情发展和恢复能力也不一样，有的感染者转阴时间长，有的人时间短，因此并不能单纯依据感染的时间来判定是否转阴。若要探视高龄老人、婴幼儿，最好距离发病时间10天以上，症状完全消失，再进行探访。

被奥密克戎BA.5.2毒株感染后，还会再次被BF.7或XBB等毒株感染吗?

李侗曾认为，通常来说，感染其中一种新冠病毒株后，人体内会产生较高的中和抗体，短期内感染BA.5.2毒株后再次被BF.7毒株感染的概率较低。但长时间看，不同毒株存在重复感染的可能性。

李侗曾表示，XBB变异株有可能缩短我们之前感染BA.5或BF.7所获得的保护期，新突变株可能会逃逸

之前疫苗接种和自然感染所建立的免疫屏障。“一般认为3至6个月内二次感染的风险很小，健康人群的保护期可达半年以上，免疫功能较差的人通常认为也可以保护3个月以上。但如果XBB变异株出现流行，可能会缩短这一保护时间。”李侗曾说，根据国外的研究数据，XBB的临床表现和之前的毒株没有明显区别。

## 如果出现二次感染怎么办?

李侗曾认为，二次感染是指第一次病程恢复后再次出现感染，一般认为在三个月以后出现二次感染的风险会逐渐增加。二次感染有传染性，但感染后病情的轻重与病毒的致病力有关，一般会比第一次症状轻一些。目前，奥密克戎各变异株的致病力相差无几，曾经“阳”过的人再次感染，病情可能会相对第一次感染更轻。没“阳”过的人感染后，病情基本会与其他第一次感染时程度类似。

陈志海表示，如果出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状，要及时进行抗原检测，根据病情及时就医。有相关症状时尽量待在通风良好、相对独立房间，避免与同住人员近距离接触，尤其是接触老年人或合并有基础性疾病的人时，应规范佩戴口罩。

## 老人、小孩、孕产妇等重点人群要注意什么?

“对于老年人和有基础疾病的人群，以及没有‘阳’过、没有打过疫苗的人群，要继续重点防护。”李侗曾说，目前除了新冠、流感、合胞病毒等呼吸道

传染病也在流行季。老人、儿童、孕产妇、有基础病的重点人群，要减少外出，远离有发热和咳嗽症状的人。节日期间减少接待探访的次数，亲友探访要提前沟通，结束后及时对所接触的物品进行消毒。另外，接种新冠疫苗可以有效降低发展为重症、危重症甚至死亡的风险，因此，建议老年人尽快完成疫苗接种。

王荃表示，家中可常备一些适合儿童服用的退烧药等，但不建议过多存药。孩子生病后如果精神状态稳定，家长做对症处理、观察病情即可。如果连续发热超过三天、持续高热、频繁咳嗽或呕吐，甚至出现频繁腹泻、脓血便、尿量减少、呼吸增快、呼吸困难、意识障碍等情况，应及时带孩子就医。

节日期间能饮酒、熬夜吗，有哪些健康提示?

“短期内‘阳康’的人群是有免疫力的，但要特别注意春节期间不熬夜，避免劳累，不大量饮酒。”李侗曾说，“酒精对身体会产生一定损害，康复之后一个月内要严格限制饮酒，因为此时胃肠道和肝脏等器官功能还未完全恢复正常。建议健康作息，不要暴饮暴食。”

王荃说，春节期间聚餐、聚会要尽量少带或不带低龄儿童参加。节假日期间，儿童尽量要保持规律作息、保障充足睡眠，多吃水果和蔬菜，均衡营养，加强锻炼。北方冬季天气较干燥，家长要给孩子多喝水。

## 新华述评

新华社北京1月17日电 物资有保障，战“疫”有力量。新冠疫情发生以来，我国开展了全方位的人力组织战、物资保障战，水、电、燃气、通信不停，医用和生活物资供应不断，粮食、能源等重点行业有序运转，基本民生得以有效保障。

当前，我国疫情防控进入新阶段。面对新形势新任务，必须进一步加大药品、重要民生商品保供稳价力度，更好保障防疫大局，确保实现平稳转段和社会秩序稳定。

## 千方百计加大医疗、防疫物资供给

临近春节，返乡人员增多，农村地区就医用药保障问题牵动人心。

近日，国务院联防联控机制农村地区疫情防控工作专班推动为农村地区每个村卫生室免费配备2台指夹式血氧仪，为每个乡镇卫生院配备1台制氧机。截至目前，117万个血氧仪已全部发放到位。

1月8日，新型冠状病毒感染由“乙类甲管”调整为“乙类乙管”，强化服务和保障成为实施重点。

面对医疗物资供给压力，我国充分发挥新型举国体制的优势，千方百计推动企业迅速稳产达产、扩能扩产，加大重点药物市场供给；同时在配置和发放上向农村和基层社区倾斜，优先保障医疗机构、养老院等重点场所药品供应。

两类重点解热镇痛药日产量已达1.9亿片，抗原检测试剂日产能已扩大到1.1亿人份，N95口罩日产能超过1.9亿只，指夹式脉搏血氧仪日产量由12月初的11.5万部提升至25万部以上……一盒盒药品、一台台设备，被加急运往基层一线卫生部门，为疫情防控提供重要支撑。

抗疫战场上，医疗物资如“武器”“弹药”，是保障的关键。

2020年初疫情发生后，医疗物资需求呈现出爆发式增长，又恰逢春节部分企业停工停产。党中央、国务院高度重视，专门成立国务院联防联控机制医疗物资保障组，由工信部牵头、国家发展改革委等十几个部门参加。

对各类物资进行统一调度指挥；每日对接汇总需求，精准安排生产保供工作；对重点物资生产企业派出驻厂特派员，帮助解决生产设备、原材料、运输等问题；组织企业对物资进行临时收储……各部门协调配合、多措并举，迅速扭转医疗物资紧缺的不利局面。

筑牢医疗物资保障线，就是守护人民群众生命线。

扩大负压救护车、呼吸机、医用防护服等物资生产；加速重点医疗物资生产应急审评审批，批准12个治疗药物上市或增加适应症，批准检测试剂128个；建成全球最大规模新冠疫苗生产线，产量超55亿剂……三年来，我国全力提高医疗物资生产和供给，不断充实抗疫“弹药库”，为人民群众生命健康保驾护航。

瞄准当前基层卫生防疫存在的薄弱环节，国家卫生健康委医政司司长焦雅辉表示：“我们建立了监测和调度机制，目前看，乡镇卫生院药品配备紧张的情况得到很大程度缓解。正在研究加强基层卫生机构小分子抗病毒药物配备，进一步提升基层卫生机构的医疗救治能力。”

## 着力推进交通物流保通保畅

抗疫保供，交通物流是关键一环。不久前，菜鸟直送开通医疗生活物资配送专线，“绿纸箱”装的药品和裹着“黄胶带”的防疫物资包裹，均实行优先配送。

“我们正在督促指导邮政快递企业对医疗物资邮件快件进行特殊标记、重点保障以及优先投递。同时指导各地邮政管理部门对医疗物资邮件快件申诉优先办理、快速处置。”国家邮政局市场监管司副司长赵国栋说。

交通物流是社会“经脉”，一头连着生产供应、一头连着防疫保障。党中央明确提出，要坚持全国一盘棋，确保交通物流畅通，确保重点产业链供应链、抗疫保供企业、关键基础设施正常运转。

从足量发放使用全国统一通行证，要求不得以等待核酸结果为由限制通行，到严禁在高速公路主线和服务区设置防疫检测点，再到严禁擅自关停高速公路服务区……三年来，各地各部门克服疫情影响，逐个解决突出问题，打通交通“大动脉”，全力保障群众生活医疗物资供应、产业链供应链“不掉线”。

加强物流末端服务，构建以街道为块、以社区为支点的投放网络；建立农资“点对点”保供运输绿色通道，确保农资进村入户，不误农时；开启“夜派”模式，跨地区调派快递员支援……我国持续打通物流堵点、畅通循环，确保物资第一时间送达。

2022年12月8日，优化落实疫情防控的“新十条”公布次日，交通运输部就印发通知，提出落实公路及航道、船闸防疫检查点“应撤尽撤”。

12月30日，国务院物流保通保畅工作领导小组办公室关于进一步畅通邮政快递服务保障民生物资运输的通知公布，要求全力打通邮政快递堵点卡点，最大限度减少疫情对群众生产生活秩序和经济社会发展的影响。

随着疫情防控措施持续优化，交通运输行业相关运行指标持续向好。2023年1月15日，国家铁路货运继续保持高位运行；全国高速公路货车通行456万辆；民航保障航班14069班，环比增长1.3%；邮政快递投递量约3.27亿件。

“主动脉”和“微循环”进一步畅通，为高效统筹疫情防控和经济社会发展提供坚强后盾。

## 进一步强化保供稳价和基本民生保障

辽宁省沈阳新民市兴隆堡镇，十月稻田农业科技有限公司的厂区内外，来自全国各地的大货车排起了长队。

“受成本推动，去年粮价出现上涨，但丰收年景，让价格整体保持稳定。”公司副总经理赵淑娟说，目前订单不断，正开足马力生产。

民生稳，民心稳。按照党中央、国务院部署，各地一边做好精准防疫，一边统筹做好民生保障各项工作，确保人民群众基本生活不受影响。

迎战疫情，后勤保障也是战斗力。

“要强化城镇困难群众基本生活保障，做好基本民生商品保供稳价工作”“要切实保障和改善民生，稳定和扩大就业，组织好重要民生商品供应，保障城市核心功能运转”“要统筹做好重要民生商品保供稳价和煤电油气运保障供应，关心困难群众生产生活”……

三年来，中共中央政治局会议多次部署民生保障工作，各地区各部门及时推出一系列惠民举措，有力支持疫情防控大局，有效维护社会大局稳定。

保民生商品，全力以赴保供稳价——

推动农业生产有序开展，适当提高稻谷、小麦最低收购价，促进粮食稳产增产；及时开展储备调节，缓解生猪价格大幅波动；以煤炭为“锚”，综合施策稳能源价格；加强水电气热等城市“生命线”维护，保障城市正常运行；密切关注疫情对市场供求的影响，做好居民生活必需品保供调度……

2022年，在全球通胀压力高企的背景下，我国物价水平保持总体稳定。全国居民消费价格指数(CPI)比上年上涨2%，大幅低于美国、欧元区、英国等发达经济体和印度、巴西、南非等新兴经济体的涨幅。

保基本生活，兜住兜牢民生底线——

着力做好高校毕业生等重点群体就业工作；将符合条件的生活困难家庭及时纳入低保范围，及时足额发放低保、救助、失业补助等资金；多次完善价格补贴联动机制，2020年以来累计发放物价补贴约375亿元，惠及困难群众7.3亿人次；强化对因疫因灾困难群众的临时救助……

“2023年，财政收支矛盾依然突出，但我们不会在民生支出上退步，将保持适当支出强度，持续增进民生福祉，努力让人民群众有更多的获得感幸福感安全感。”财政部部长刘昆说。



## 八旬村医一家三代守护乡亲健康

▲在江西省丰城市铁路镇杨坊村，村医徐秋生(左二)与女儿(左一)上门为徐全香老人看病(1月11日摄)。

徐秋生今年81岁，担任村医已有55个年头。从少年到白头，白天打针开药坐诊，晚上常常被敲开房门出急诊，

多年来，凭借医术和医德，老徐赢得了乡亲们的信赖和尊敬。“我家祖孙三代都在老徐这看过病。”带孙女来看病的村民陈冬根对老徐竖起了大拇指。

2018年，为了帮助老徐，同为乡村医生的女儿徐柳珍也回到了杨坊村

卫生所。如今，刚从卫校毕业的孙子也开始在村卫生所实习，这让徐秋生倍感欣慰。“他们是我的病人，更是我的乡亲，只要我干得动，就要为乡亲们看好病。”

新华社记者万象摄

# 提早发现 下沉资源 快速转诊

## 江苏全力保障基层群众就医一线见闻

153.7天。

不仅是药物、设备下沉一线，江苏省还实施省级、市级专家分片区分级负责。对片区医疗机构现场巡诊，省级专家每周不少于1轮，市级专家每周不少于2轮。

能随时与东台市人民医院专家团队对接，让镇堰中心卫生院的医护有了更多底气。卫生院在重点人群中发现，沙杨村一位80岁孤寡老人发烧、咳嗽、血氧饱和度处临界值。专家团队会诊确定方案，老人在卫生院接受俯卧位通气、氧疗，并服用相关药物，目前已康复出院。

“市级专家团队以现场、远程等形式查房，病人病情有变化随时启动会诊。有他们托底，我们心里更有底。”镇堰中心卫生院院长周礼进说。

### 畅通渠道快转诊

“基层医疗卫生机构不仅要把有能力救治的患者治疗好，缓解上一级医院接诊压力，还要尽早准确识别重症风险人员，及时转诊。”扬州高邮市三垛中心卫生院院长詹斌

说，几天前卫生院收治一位82岁患者，有慢性呼吸衰竭等多种疾病，专家组诊断后，通过医联体通道及时转至江苏省苏北人民医院。

尽全力救治重症患者，江苏一方面畅通绿色转诊通道，一方面腾挪三级医院床位紧张的情况，盐城东台市推动三级医院与基层医疗卫生机构实行“联合床床1+1”，治疗期床位在三级医院，康复期床位在基层医疗卫生机构。

“联合床床的前提是基层医疗卫生机构兜得住。患者在三级医院住院时的管床团队一包到底，康复期享受同等诊疗服务，让群众放心。”东台市卫健委主任崔海说，高峰时东台有4300多名住院患者，其中近六成在基层医疗卫生机构，确保最好的资源留给最需要的患者。

目前，江苏实现重点人群健康信息全省共享。打开江苏省重点人群健康状况管理系统，全省超2000万四类重点人群一人一档，根据风险分级显示，病史、治疗、检查等信息一目了然。病人到医院就医，医护人员可根据其健康档案迅速处置。