

“奥密克戎”有什么特点?个人如何做好科学防护?

——访福建省医学会科普分会主任委员、福建省疾病预防控制中心主任医师张山鹰教授

□本报记者 张鸿鹏 通讯员 陈锦辉

春分刚过,正是户外踏青的好时节。然而,这个时候疫情反扑,国内不少地方都按下“暂停键”。在疫情下,个人如何做好科学防护?本报特邀福建省医学会科普分会主任委员、福建省疾病预防控制中心主任医师张山鹰教授为大家解答。

Q1

近期奥密克戎变异株引发全球关注,什么是“奥密克戎”变异株?它有什么特征?

答:传染病流行三要素:传染源,传播途径和易感人群,新冠肺炎的传染源就是携带新冠病毒的病人和无症状感染者,传播途径就是通过呼吸道传播,所有人普遍易感。这三个要素都成立的时候,新冠病毒肺炎就会流行。

其中,最关键的传染源即新冠病毒一直在变,从阿尔法、德尔塔、伽马到奥密克戎,眼下,全球最主要的流行株就是奥密克戎变异株。

奥密克戎变异株最大的一个特点就是传播速度非常快。最早期的新冠病毒传一代要5天至7天,到了德尔塔变异株时3天至5天传一代,到了现在的奥密克戎变异株,两三天就传一代。

另外一个特点,就是“毒性”降低。基于人群的观察性研究也表明,奥密克戎变异株感染者到医院就诊、住院以及重症的风险与其他毒株感染者相比均明显降低。主要症状是发热、干咳、喉咙痛、头痛、乏力、鼻塞等,甚至是无症状感染。这种现象导致感染者不易被及时发现,被感染者往往也不知从哪里感染的,传播更具有隐匿性。

第三,奥密克戎变异株对疫苗的免疫逃逸比较明显。根据眼下情况,我们发现奥密克戎变异株对核酸检测仍然是敏感的,仍然是可靠的。

Q2

您刚说奥密克戎变异株的免疫逃逸性更强,很多感染的病患已经接种疫苗两针或者三针。那是不是意味着其他未接种的群众就不用接种,反正都会被感染,接种新冠疫苗还有必要吗?

答:这是很多人现在存在的误区,接种疫苗是预防感染病最有效的措施,这是全球公认的。所以当时新冠肺炎一流行时,全球就通力来研究这个新冠疫苗。我们国家的新冠疫苗普及成绩辉煌,所以我们现在的疫苗接种水平,接种率走在全球的前列。

目前已有的研究结果显示,虽然“免疫逃逸”能力更强,对现有疫苗并未完全出现免疫逃逸,新冠疫苗仍然可以降低奥密克戎变异株感染的重症率和死亡率。

特别是65周岁以上的老年人,本身就是一种重症的高危人群,所以新冠疫苗对防重症是有效的,这也是我们国家防控仍然去推进新冠疫苗接种的原因。

Q3

近期,我们也启动了新冠疫苗序贯加强免疫接种。什么是序贯加强免疫?与之前市民们所接种的第三针加强针有何区别?

答:之前我国新冠疫苗加强免疫实行的是同源加强免疫接种,即加强免疫采用与基础免疫同一技术路线的疫苗进行接种。

例如:市民张先生接种2剂次灭活疫苗,第三针再接种1剂次灭活疫苗加强,或第二针接种1剂次腺病毒载体疫苗,第三针接种1剂次腺病毒载体疫苗加强。这叫同源加强免疫接种。

而序贯加强免疫则是异源加强免疫接种,是指在加强免疫时选择与基础免疫不同技术路线的疫苗进行加强免疫接种

例如:市民张先生前两针接种2剂次灭活疫苗,第三针接种1剂次重组蛋白疫苗加强,或前两针接种2剂次灭活疫苗+1剂次腺病毒载体疫苗加强。这就叫序贯免疫。

对于目标人群来说,同源加强免疫接种和序贯加强免疫选择一种即可。

Q4

哪些人能进行序贯加强免疫?

答:只有同时满足以下4个要求的人群才可以接受序贯加强免疫接种:

- 1)年龄在18岁以上;
- 2)已完成2剂次灭活疫苗接种,而且这2剂次接种的是国药中生北京公司、北京科兴公司、国药中生武汉公司的新冠病毒灭活疫苗;
- 3)全程接种2剂次,且已满6个月以上;
- 4)尚未接受加强免疫(即还没接种第3针)。

Q5

如何区分感冒、流感和新冠肺炎?

答:普通感冒以鼻塞、流涕为主要表现,全身症状较轻,且没有肺炎症状。

流感特点是头痛、咽痛、全身酸痛等,全身症状较重而呼吸道症状较轻,有时也可引起肺炎,但不常见。

新冠肺炎特点是以发热、干咳、乏力为主要表现。部分患者以嗅觉、味觉减退或丧失等为首发症状,少数患者伴有鼻塞、流涕、咽痛、结膜炎、肌痛和腹泻等症状。轻型患者可表现为低热、轻微乏力、嗅觉及味觉障碍等,无肺炎表现。

少数患者在感染新型冠状病毒后可无明显临床症状。

感染“奥密克戎”变异株后,感染者症状相对较轻。基于人群的观察性研究也表明,奥密克戎变异株感染者到医院就诊、住院以及重症的风险与其他毒株感染者相比均明显降低。主要症状是发热、干咳、喉咙痛、头痛、乏力、鼻塞等,甚至是无症状感染。

Q6

快递包裹传播新冠病毒需要什么条件?市民如何安全收取快递包裹?

答:传播条件:(1)收运过程中快递被新冠病毒污染;(2)收快递时快递上的病毒仍存活;(3)收快递时收件人未做好防护措施。

如何收取:(1)减少接触。尽量通过快递柜等无接触方式进行取件;如需当面取件,要戴好口罩、手套等个人防护用品,保持1米以上的安全距离,签收可自备签字笔。

(2)消毒拆包。快递外包装尽量不带回家中,拆封外包装并按生活垃圾分类处理;接收来自国内外中高风险地区快递包裹时,可用含氯消毒剂或酒精对外包装进行全面消毒;内包装和包装内物品,最好用酒精或其它适宜消毒剂进行擦拭消毒,或放置一段时间再使用。

(3)注意手卫生。处理完邮件认真进行手消毒或清洗双手,更换口罩,避免用未清洁的手触碰口、眼、鼻。

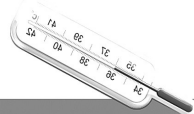
工作场所 防疫贴

上班族面对疫情别慌张,正确防疫很重要。

(新福建 央视新闻)



上班前



- 进入办公楼前自觉接受体温检测,体温正常可入楼工作。
- 保持公共区域空气流通,保持环境清洁通风,可用酒精喷雾消毒。

办公时



- 在办公区域,佩戴口罩,规范洗手,保持安全距离。
- 开会时,要通风消毒、佩戴口罩、使用自己的水杯。
- 乘坐电梯时,须佩戴口罩,与他人保持一定距离,尽量避免用手指直接接触按钮。
- 如有公务来访,要佩戴口罩,进入办公楼前首先进行体温检测。

下班后



- 就餐时,分餐进食,餐厅要消毒,操作间定时清洁。严禁生食和熟食混用,食物要煮熟煮透,营养配餐。
- 健身时,不建议多人集中锻炼,应个人适当、适度活动。进行体温检测。
- 到家后,摘掉口罩,规范洗手,下班途中触摸的用品要消毒。

