

@所有人,冬季疫情防控别松懈

持续应对冬季新冠肺炎疫情

辽源市卫生健康委员会

进入常态化疫情防控后,继续落实“外防输入、内防反弹”策略,对冬季各项任务进行再细化、再强化,实现阶段性胜利。

建立多点触发应急响应机制。对《省秋冬季疫情防控方案》进行详细解读,并对全省督查工作方案全面细化、分解落实。按照“指令清晰、系统有序、条块通达、执行有力”的要求完善应急指挥机制,制定《辽源市新冠肺炎疫情防控应急预案》《辽源市秋冬季新冠肺炎疫情常态化防控工作预案》《辽源市应对秋冬季新冠肺炎疫情医疗救治工作方案》《辽源市做好国庆节期间常态化疫情防控工作方案》等“1+N”应急处置预案、方案,覆盖流行病学调查、医疗救治、实验室检测、社区指导、物资调配等领域,抓好疫情防控应急预案的熟知、推演和操演。我们分级组建了流行病学调查、样本采集、实验室检测、消毒消杀、医疗救治、社区防控、心理疏导和社会服务等队伍,积极培育社区管理人员、志愿者、网格员等社区防控队伍,在原有联防联控机制12个工作组、3个工作专班、2个专家组基础上,储备流行病学调查人员第一梯队58人、第二梯队24人;标本采集人员第一梯队300人、第二梯队500人;核酸检测人员第一梯队65人、第二梯队122人;消毒消杀人员第一梯队25人、第二梯队25人;储备医务人员第一梯队15人(呼吸、影像、检验等专业)、第二梯队315人(呼吸、重症、传染、感染性疾病科等专业)、第三梯队1146人(内科、外科、影像、检验等专业);社区防控第一梯队6330人、第二梯队4830人;心理疏导21人,确保联防联控机制条块通达,执行有力。

着力补齐公共卫生体系短板。做好定点医院和临时性扩充救治床位储备。我市共3家定点医院、85张床位,目前运行胸科医院50张床位;患者增加时,启动东丰县医院和金岗卫生院35张床位;应急情况下启动市二院传染病区作为收治新冠患者定点医院,床位60张。征用市文旅局滑冰馆作为方舱医院建设主体,成立副市长任组长的方舱医院指挥部,预计投资1226万,可设置床位300张,配备医务人员280人。全面提升核酸检测能力。全市目前具备检测能力机构12家,其中,疾控3家、医疗机构9家。依托市中心医院建设核酸检测基地,面积350平方米,设备125台套,预算资金1185.64万元,已经动工建设。通过加大对医疗卫生人员的技术培训和指导,提高从采样、送样到检测全过程操作的规范性,常规检测12小时内反馈结果,中高风险地区人员和集中隔离人员6小时内反馈检测结果。预检分诊及发热门诊设置情况。市中心医院和市人民医院发热门诊已改造完成投入使用;市二院重新选址改建发热门诊,设置留观病房10间,已投入使用,同时推进传染病区能力提升项目,改造面积1461.48平方米,新增负压隔离病房2间,床位60张;东丰县医院救治能力提升项目1100万,其中争取发改委中央预算内资金880万元,对感染性疾病病房、重症监护室、PCR实验室进行改造,改造面积2145平方米,购置设备21台(套),明年初完工。东辽县人民医院发热门诊项目,总投资1100万元,全部为抗疫特别国债资金,改造范围共992平方米,包括病房10间,其中负压病房3间(有1间可兼作ICU病房),年底前完工。全市共设置发热门诊5家,共设留观病房40间,留观患者实行单间隔离,避免交叉感染;全市一级医院、诊所、民营医院不接诊发热患者;预检分诊、发热门诊、药店对购买退热、感冒等药品的患者进行如实登记管理,药店开展退烧、止咳等药品销售情况监测,并严格执行报告程序。

全面提升卫生救治能力,开展大演练。在演练中注重突出领导指挥、流行病学调查、患者救治、筛查甄别、密接人员隔离、小区(村)封闭管理、公共区域管控等重点环节操作演练,强化细化医护力量、医用物资、生活物资、公共服务、社会稳定5项保障措施,增加大范围流调、大面积检测、大数量救治等场景的针对性和实战性。加强应急救治物资储备,科学确定储备规模和设备品类,推动我市应急演练常态化制度化。全市二级以上医疗单位和各级疾控机构均能够按照要求储备满足30天满负荷运转所需医用耗材、药品、防护装备、消毒用品等物资储备,并建立储备目录和清单。免疫屏障准备。开展新冠肺炎疫苗预防接种重点人群基础性调查,有计划分步骤开展重点人群预防接种。切实加强冬季呼吸道传染病防控,加强流感等冬季高发传染病和不明原因肺炎的监测、分析、预警,提高流感疫苗、肺炎球菌疫苗、水痘疫苗和腮腺炎疫苗等非免疫规划疫苗接种率,降低与新冠肺炎叠加流行的风险。组织大培训。采取集中培训和各医院分散自训相结合的办法,持续加强从业人员疫情报告、临床诊疗、院感防控、实验室检测、生物安全防护、流行病学调查、消毒消杀、心理援助等方面基本技能,切实提高疫情防控综合能力。按照省卫生健康委《医疗机构内新冠病毒感染预防与控制相关流程》,全市各级各类医疗机构采取多场次、分层次、有针对性地培训。各医疗机构全员学习了《新冠病毒肺炎诊疗方案》试行第八版;实验室检测人员共187人全部经过培训上岗,护理人员全部进行了核酸采样培训;同时对8000余名医护人员进行流行病学调查、院感等各种培训200余场次;共组织对8000余名疫情防控业务培训5次,线上参与国家流调与病毒核酸检测培训1次,实现业务培训全覆盖,推动疫情防控能力和业务能力双提升。启动大督查。启动专班对疫情防控组织领导、人员培训、硬件改造、物资储备、冷链物流、经费保障等开展冬季疫情防控大督查,覆盖5000余个行业点位。

思则有备,有备无患。当前,境外新冠疫情持续蔓延,我国外防输入、内防反弹压力很大。时值冬季,空气干燥、昼夜温差大,呼吸道传染病进入高发期。冷链环节也成为新冠肺炎病毒的“潜伏地”。疫情防控面临的新形势在提醒:外防输入、内防反弹,必须扎紧冬季疫情防控的口子。

年终岁尾,人们习惯于各种聚会,饭店、酒吧等公共场所或将成为人员聚集地,稍有疏忽,就会中着感染各种病毒。对此,包括新冠病毒在内的疫情防控决不能松懈。疫情防控攸关群众生命健康,容不得丝毫的疏忽大意。尤其确保新冠疫情不反弹,是冬季疫情防控的目标,也是硬任务。我们每个人也要慎终如始,个人防护不能放松,疫情防控不能松懈,适应习惯“新常态”新冠疫情防控,保护自己和他人。

冬季如何做好疫情个人防护

天气转凉,流感等呼吸道传染病高发,新冠肺炎疫情防控更不可松懈。我市疾病预防控制中心工作人员提醒广大市民,要时刻保持个人防护意识,做好常态化疫情防控,做到“讲科学、严防控、勤洗手、常通风、戴口罩、一米线、用公筷、健康码”。

良好习惯要保持。勤洗手,不要用脏手触摸眼睛和嘴,咳嗽或打喷嚏时用纸巾或用肘臂遮挡住口鼻;提倡分餐、使用公勺公筷;室内经常通风,定期进行清洁消毒。

个人防护不放松。要多居家、少出门。确需出门,要自觉佩戴口罩,做好个人防护。尽量减少出入公共场所,出入农贸市场、商场超市等公共场所尽量不接触公用设施,主动配合做好信息登记、体温检测、保持安全距离等防疫措施。与他人保持一米社交距离;乘坐公共交通工具或在人群密集的公共场所按规定佩戴口罩;不要聚集扎堆,亲友少串门。提倡红事缓办、白事简办,不聚集、不扎堆,少参与人员聚集和集体活动。孕妇、老人和儿童尽量少去公共场所。倡导居家用餐,采取门店自提、外卖订餐等方式,

尽量避免聚集用餐、面对面就餐。

公共场所要主动出示健康码,根据疫情防控要求,积极配合核酸检测,出现发热咳嗽等症状,及时就医;去农贸市场的顾客要按要求佩戴口罩,主动接受体温检测,保持一米社交距离,优先采用扫码支付,离开市场后应及时对双手进行卫生清洁。农贸市场从业人员要注意每日自我健康检测,按要求佩戴口罩、手套,穿工作服上岗,注意与顾客保持距离。健康饮食、爱惜粮食;提倡分餐,使用公勺公筷;肉类及海产品烧熟煮透;不食用野生动物。学习健康知识,做好健康检测,增强社会责任感,科学防控不紧张、不松懈。

对于普通百姓来说,还是要坚持常态化防控,这些措施包括减少聚集、戴口罩、勤洗手、保持社交距离,尤其到了冬天,很多环境通风不好,包括居家通风、乘坐公共交通以及在电梯这些通风不好的环境里一定要戴口罩,这些措施只要坚持到底,感染风险就会减少。让我们共同行动起来,继续保持高度警惕,全面加强个人防护,齐心协力打赢疫情防控阻击战。

每个人都是自己健康的第一责任人

“第一责任人”顾名思义,就是优先要承担责任的人。也就是说,患有疾病,医患可以协力诊治,但是健康长寿要靠自己,健康的守门人和第一责任人不是靠国家、单位,而是我们自己。如今,日常生活方式在各项影响健康的因素中占比最大,也是最能够自主选择和控制的一项因素。健康的生活方式不难养成,可以从正确洗手预防肠道传染病做起,从改变吸烟、酗酒做起,从合理安排膳食结构做起,从定期体检、及早发现疾病并采取治疗措施做起。努力提升健康素养。每个人都是自己健康的第一责任人,请按照“合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡”十六字方针,养成健康生活方式,践行健康生活方式,提升自身健康素养。合理安排工作生活,规律作息,居家常通风、多喝水、勤洗手。及时了解疾病预防、及时就医、合理用药等健康知识,积极

掌握新冠肺炎个人防护和疫情防控常识。自觉开展卫生清洁。积极参与环境卫生整治,讲究个人卫生,做到居家卫生清洁,定时消毒,及时清运垃圾、清除杂物。遵守公共卫生守则,不随地吐痰,不乱扔乱倒垃圾,养成良好卫生习惯。健康生活方式是最好的人生投资。

健康是一个长期的过程,我们从出生开始的每一个举动都会对我们身体产生积极或消极的影响,这些影响或大或小,是一个慢慢积累水滴石穿的过程;健康是我们人生的基石,离开这个基石,无论你人生在哪个高度,都是空中楼阁。自我健康管理是经济高效的措施,在疾病发展的早期做正确的事情,可起到事半功倍的效果。“早预防、早诊断、早治疗”,这“三早”是自我健康管理的第一原则。

共同关注

冷链食品热点问题

11月25日,国务院联防联控机制召开新闻发布会,介绍冷链食品管理与冬季食品安全有关情况。对百姓关心的冷链食品问题进行了解答……

最近为何多地进口冷链食品外包装检出新冠病毒阳性?

一方面,因为目前国外很多国家正处于新冠疫情爆发期,各种物体的表面包括食品及其外包装都有可能被新冠病毒污染,而新冠病毒在低温下存活时间长,因此,进口冷链食品及其外包装就可能成为跨境远距离运输携带新冠病毒的载体。另一方面,各部门、各地区按照国务院联防联控机制要求近期加大对进口冷链食品及其外包装新冠病毒核酸检测和抽检,随着检测频次、频率以及覆盖范围的增加,发现阳性的概率也就增加。总的来看,阳性率也是比较高的。截至目前,全国抽检监测的阳性率是万分之零点四八,而且主要集中在食品外包装。

进口冷冻食品还能放心吃吗?

到目前为止,并没有发现因为食用这些冷链食品引起的感染。但以下几点还需注意:如果从非正规渠道购买冷链食品,这

些食品包装表面一定要做好消毒处理,做好自己的防护;接触这些食品以后,要做好手卫生;在疫情期间最好吃熟食;处理这些食品时要防止飞溅,避免对周边环境的污染;处理完以后,要对环境、表面做必要的清洁、消毒处理。

接触冷链进口食品后该如何消毒?

个人接触到这些冷链食品,可以通过消毒来预防可能存在的接触性传播。首先要做好手卫生。接触后马上洗手,洗手有“六步法”,按照“六步法”洗手一般就可以了。如果洗手不放心,可以再加上手消毒剂。这是最必要的措施之一。其次,对可能接触到的冷冻食品所用的炊具,如刀、砧板应该及时清洗。在清洗时应该防止飞溅。同时对于刀、砧板可以用加热方法,用开水烫一烫、煮一煮,用60摄氏度的水浸泡一段时间都可以。可以晾干后,喷75%的酒精或者500mg/L、1000mg/L的含氯消毒剂。当然有一些案台,也可以考虑用酒精、含氯消毒剂进行擦拭消毒。此外,残渣要及时收集起来,及时送到垃圾收集点。

(节选自《健康中国》)

本版稿件由本报记者 祝琪尧 采写
本版策划 戚凯慧

