

疫情防控 知多一点

市疾控中心专家提醒——

符合条件的老年人应及时接种疫苗

接种疫苗是目前预防和控制传染病最经济、最有效的手段。4月12日，市疾病预防控制中心计免科科长马敬仓提醒老年朋友，只要没有禁忌症，没有缓种疫苗的情况，还没接种新冠病毒疫苗的老年人要及时接种疫苗，做好个人防护。

据马敬仓介绍，截至4月11日，我市已累计接种新冠病毒疫苗2047.06万剂次，其中第一剂次770.66万剂次，第二剂次762.95万剂次，第三剂次513.44万剂次。当前，新冠疫情防控形势仍然严峻，接种新冠病毒疫苗是预防感染后发生重症和死亡的最好的一项措施，预防重症和死亡的效果还是非常显著的；接种疫苗相比其他措施更简单易行；提高老年人的特异性免疫力，接种疫苗是最佳的途径。

对于一些因特殊情况不能接种或者暂时不能接种新冠病毒疫苗的老年人，可以采取以下防护措施：1.在疫情流行期间或有疫情的时候，老年人尽量不要去人群密集场所，减少与陌生人或

外来人的接触。2.假如去市内的公共场所，或者乘坐公共交通工具，或者与陌生人接触时，一定要戴好口罩。3.保持手卫生，勤洗手，或者用消毒剂做好手卫生。如果手上沾染了病毒，然后触摸口、鼻或者眼睛，很容易感染，所以做好手卫生非常关键。4.建议每天开窗通风，保持空气的流动清新。5.负责照顾老年人的各类人群做好个人防护也非常重要，尤其是家人和其他接触老年人的人员要接种新冠病毒疫苗。6.如果你的健康码、行程码发生异常，建议不要再去接触老年人，一旦感染新冠病毒，传染给老年人，风险是非常大的。

马敬仓提醒大家，接种疫苗获得的免疫力是针对新冠病毒的特异性免疫，建议60岁以上的老年人，只要没有禁忌，不是缓种的对象，要尽快接种疫苗，并按照规定的时间间隔接种加强针，让老年人产生抵御新冠病毒侵袭的特异性免疫力。老年人和家人共同做好健康防护，也是保护自己，对抗新冠病毒的重要手段。

记者 马琳



预防疾病 共享健康

市疾病预防控制中心

传染病防控咨询电话:5315138、5318667 艾滋病咨询电话:5380196

中国疾控中心发布居家隔离防控要求

4月13日晚，中国疾病预防控制中心发布居家隔离人员防控要求，涉及房间、居家隔离医学观察者管理、共同居住者防护三方面。

一、对于房间要求：

家中如果有多套房屋，最好单独居住；如果只有一套房屋，选择一套房屋里通风较好的房间作为隔离室，保持相对独立；尽量使用单独卫生间，避免与其他家庭成员共用卫生间；条件不允许，最好不要选择居家隔离，房间应该通风良好；房间尽量避免使用空调，如使用空调系统通风时，应选择分体空调；房间内应当配备体温计、纸巾、口罩、一次性手套、消毒剂等个人防护用品和消毒产品及带盖的垃圾桶；

室内应放置桌凳，作为非接触式传递物品的交接处(如送餐，并做好消毒)。

二、对于居家隔离医学观察者管理要求：

应在卫生机构评估以及社区管理人员指导下进行居家隔离；居家隔离人员日常生活、用餐尽量限制在隔离房间内，隔离房间内活动无需戴口罩，离开隔离房间时要戴口罩，尽量减少与其他家庭成员接触，必须接

触时保持1米以上距离；

拒绝一切探访，居家隔离期间不得外出，其他人员尽量不进入隔离房间；

如因就医等确需外出，需经所在社区管理人员批准后方可，安排专人专车，全程做好个人防护，落实闭环管理；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，每天清理，清理前用含有效氯500mg/L~1000mg/L的含氯消毒液或75%酒精喷洒消毒至完全湿润，然后扎紧塑料垃圾袋口，交给社区管理人员处理；

隔离者应按日向社区管理人员报告提问、症状等，并按防控要求配合社区完成核酸检测。

三、对于共同居住者防护要求：

共同居住者或者陪护人员一并遵守居家隔离管理要求；共同居住者与隔离者共处一室时，应规范佩戴口罩，并及时更换；

与居家隔离者任何直接接触，或离开其居住空间后，准备食物、饭前便后、戴手套前、脱手套后要进行双手清洁及消毒；保持居室通风，做好家居日常清洁和消毒。

据《中新经纬》

新冠抗原检测答疑

近期，多款新冠抗原自检测产品获批上市，引发关注。人们对这种新检测方式的疑问随之而来。

抗原检测和核酸检测有何不同

在接受中青报·中青网记者采访时，上海交通大学公共卫生学院高级实验师邱红玲解释，新冠抗原检测和核酸检测是两种不同的技术手段。

首先这两种检测方式的检测目标不同。抗原检测一般是检测新冠病毒的“外衣”，现在大多是用一种叫作“N蛋白”的蛋白质作为目标抗原；核酸检测则是检测包裹在病毒里的核酸，通常是一小段新冠病毒特有的基因片段。

此外，核酸检测可以通过仪器、试剂对取到的核酸进行百万级、千万级的扩增，即使是仅取到很少量的病毒也能检测出来；但取到病毒抗原不能扩增，取样取到多少，检测目标就是多少。邱红玲认为，抗原检测的准确性及敏感性都低于核酸检测，目前核酸检测依旧是新冠检测的“金标准”。

她同时提到，抗原检测有其优势所在，其中一个就是便捷，不需要机器，自己在家就能操作，较短时间就可以出结果；而核酸检测涉及多个处理步骤，大约需要4-6个小时能出结果。

抗原检测的准确率如何

国家卫生健康委临床检验中心副主任李金明在3月15召开的国务院联防联控机制就疫情防控与疫苗接种工作有关情况举行新闻发布会上表示，我们国家已经批准的抗原检测试剂的敏感性在75%-98%，特异性是95%-99%之间。

敏感性和特异性该如何理解？邱红玲告诉记者，通俗来看，敏感性对应的是“不漏检”的概率，她举例说，以核酸检测结果为参照标准，如果100个阳性结果中，抗原检测能够检出97个阳性，这款抗原检测产品的敏感性就是97%；特异性对应的则是“不误诊”的概率，同样对照核酸检测标准，如果抗原检测检出的100个阳性结果中，有3个是假阳性，那么它的特异性就是97%。

为何要增加抗原检测

既然核酸检测那么好用，为何还要增加抗原自检测？简单来说，这两种检测方式解决的需求不同。一名正在上海居家隔离的受访者告诉记者，在居家隔离这种场景下，如果有抗原自检测产品，她就可以先自行筛查。

邱红玲认为，抗原自检测解决的主要问题，是提高对有感染风险人群的“早发现”能力。她解释，从防疫角度來看，这有利于对感染风险较高的人群进行快速筛查，便于社会疫情防控；从个人健康角度来看，“早发现”也有利于早隔离、早救治，让患者尽快获得医疗资源。

什么人需要做抗原检测

3月11日印发的《新冠病毒抗原检测应用方案（试行）》明确指出了适用人群：到基层医疗卫生机构就诊，伴有呼吸道、发热等症状且出现症状5天内的人员；隔离观察人员，包括居家隔离观察、密接和次密接，入境隔离观察、封控区和管控区内的人员；有抗原自检检测需求的社区居民。邱红玲总结，适用人群也就是认为自己感染风险较高的人群。

据《中国青年报》

菏泽市妇幼保健院——

志愿服务助力核酸采样提速

4月12日清晨，菏泽气温骤降，市妇幼保健院洞庭路核酸采样点和岳程核酸采样点却是一派忙碌景象，远远便看见一个个身穿“红马甲”的身影为前来核酸采样的群众提供暖心服务，整个采样点工作井然有序。

“请大家依次排好队，注意保持1米距离。”“请扫码关注‘菏泽市妇幼保健院’公众号，提前预约，亮码采样。”“不会操作的大爷大妈不用担心，我来帮您操作。”菏泽市妇幼保健院洞庭路“愿检尽检”核酸采样点的党员志愿者们一声声提示，一遍遍引导，提升了核酸采样的效率，大大节省了群众的等待时间。

晚上在采样点值班，白天交接班后又穿上“红马甲”做党员志愿者的妇女保健科主任徐怡侠，在被问到累不累时回答：“作为一名党员，用行动践行初心，为群众做些力所能及的事，不辛苦，我感到很骄傲。”这充分彰显了共产党员全心全意为人民服务的宗旨意识和奉献精神，得到现场群众的高度赞扬。

一直以来，菏泽市妇幼保健院守护妇幼健康的同时，积极承担疫情防控责任，担负着周边居民核酸采样的重任。医院党总支更是身先士卒参与预检分

诊和志愿服务，充分发挥了先锋模范作用，以实际行动阐释市妇幼保健院党员干部的初心和使命。

在菏泽市妇幼保健院岳程“愿检尽检”核酸采样点，身着“红马甲”的青年志愿者们正在充当“讲解员”“疏导员”“引导员”，全力做好排队引导、秩序维护等服务，确保核酸检测工作顺利进行。

“党有号召，团有行动”。为提高本轮核酸检测的工作效率，弘扬志愿服务精神，30余名青年志愿者闻令而动，踊跃投身核酸采样志愿服务工作，用青春和热血守护人民群众的健康安全，用实际行动彰显志愿担当。

坚守前线，抗“疫”到底。接下来，市妇幼保健院志愿者还将根据工作需要和安排，用实际行动诠释志愿者的担当。

通讯员 孟祥超

温馨提示



为进一步落实常态化疫情防控要求，方便广大群众进行核酸检测，菏泽市妇幼保健院“愿检尽检”核酸采集点迁移至洞庭路（市开发区公安分局北门东邻），全天24小时为“愿检尽检”人员提供核酸检测服务。

精准定位 科学防癌

——菏泽市中医医院为癌症患者提供国家级诊疗服务侧记



刘力华:肿瘤学硕士、菏泽市中医医院肿瘤放疗中心主任。2011年师从国家级放疗专家、中国人民解放军空军总医院肿瘤医院院长夏延毅教授，对肺癌、胰腺癌、肝癌、乳腺癌、结直肠癌、脑胶质瘤等常见恶性肿瘤的诊断和放疗及综合治疗均有丰富经验。

咨询电话:13296496985

4月15日至22日是第28届全国肿瘤防治宣传周，今年的活动主题是“癌症防治，早早行动”，活动口号为“整合资源，科学防癌”。菏泽市中医医院肿瘤放疗中心通过“名医工作站”，邀请国家级、省级知名专家以定期来荷坐诊、学术交流、科普讲座或远

程会诊等形式，为我市的癌症患者提供了优质的诊疗服务，得到了群众的普通赞誉。

癌症防治贵在“早”

“癌症是恶性肿瘤的俗称，早期癌症通过放射治疗完全可以根治，癌症防治贵在‘早’，早发现、早诊断、早治疗是恶性肿瘤治疗的关键。”4月12日，市中医医院肿瘤放疗中心主任刘力华在采访中告诉记者，“但遗憾的是，从2020年7月我们中心成立以来，前来就诊的大多为肿瘤中晚期患者，几乎没有选择通过放射治疗来治疗早期癌症的患者，这与现代医学技术的发展多少显得有些不匹配。患者对身体健康状况的重视程度不够，对健康知识掌握不够，对诊疗信息的不了解等原因，让很多患者错过了最佳的治疗时期。”

胃癌、肝癌、肺癌、乳腺癌是我国的高发癌症，定期查体可有效筛查出早期癌症。刘力华建议40岁以上的，特别是有不良嗜好（吸烟、酗酒等）或者有癌症家族史的人员，一定要定期到正规的体检机构进行针对性的筛查，胸部低剂量螺旋CT、超声、胃镜等检查都很必要，只有早发现，才能早诊断、早治疗。

治疗方式是重中之重

目前，癌症的治疗方法仍是以手术治疗、化学治疗和放射治疗为主。相比于通过化学药物杀死肿瘤细胞，同时对正常组织和器官毒副作用极大的化

学治疗和对患者身体和心理创伤都十分巨大的手术治疗，作为一种无创性局部治疗，对患者的伤害最小的放射治疗显现出了它独有的优势。随着现代医学的不断进步，肿瘤治疗的标准手段之一的放射治疗技术迈入了精准、高效、协同的新时代，肿瘤的治疗正从机械切除向能量灭活转变，从有创治疗向无创治疗转变。

“得了肿瘤之后，患者及家属要学会选择治疗，不要被动地接受治疗。治疗前要多进行咨询，可以在咨询过内科、放疗科、中医、外科之后，结合各个专家的意见，再决定如何治疗。”刘力华说，“很多患者在治疗时有个误区，就是首先想到的是手术切除，而放弃非手术治疗，认为只要切除了肿瘤就是根治了，这是不对的。更何况一些头颈部位的癌症手术可能造成组织缺失，这会给患者的身体和心理造成巨大的伤害。

据刘力华介绍，70%以上的癌症在治疗的不同时期需要放疗参与，很多实体肿瘤，早期根治性放疗可以达到与手术切除媲美效果。中心目前开展精准放疗，与常规放疗的区别就在于，一是患者是在CT下精确定位。其次，是根据肿瘤的立体形状位置精确布野，经过计算机系统逆向调整剂量强度。最后在治疗前进行在线图像引导验证，能更精准地打击肿瘤，保护正常组织和器官。

优质资源下沉为民谋利

据了解，该中心拥有国家级的优质资源，拥有目前国内国际上先进的肿瘤放疗专用设备——瑞典医科达 Synergy 直线加速

器。中心与北京空军总医院、济南军区总医院、山东省中医院建立了长期业务交流合作，通过多学科资源整合，到医院现场坐诊+远程会诊的方式，针对患者病情一对一制定个性化治疗方案，创建了病人—医生—医院之间的智慧医疗信息平台，实现了线上线下一体化，诊前、诊中、诊后服务一体化的互联网诊疗服务模式，让我市患者就地就近就能享受到便捷、高效、优质的“国家级”医疗服务。患者足不出户就能与上级专家“面对面”“一对一”沟通交流。

国内顶尖级专家为患者制定的个性化治疗方案，对于有基础病的广大老年肿瘤患者和晚期患者而言，更是能获得生活质量的显著改善。比如晚期骨转移患者疼痛难忍，普通镇痛手段难以奏效，放疗可以极大地减轻骨转移引起的疼痛，明显提高患者的生活质量。

信息多跑路，患者少跑腿。特别是当前新冠疫情防控形式严峻，线上远程会诊的形式为我市患者解除病痛带来了极大的便利。

记者 马琳



扫码咨询



春季是过敏性鼻炎的高发期。业内专家称，我国过敏性鼻炎患者数量高达2.4亿，其中儿童是“重灾群体”——

过敏性鼻炎为何高发难治

查显示，城市儿童的季节性过敏性鼻炎患病率也高于郊区儿童。

螨虫、花粉、宠物是过敏性鼻炎最常见的过敏原。阮岩说，对于生活在我国南方地区的居民，他们主要过敏原是螨虫，这与南方高温、高湿、多雨的气候适合屋尘螨的传播有关。北方居民的过敏原主要是圆柏花粉、蒿属花粉等。

另一方面，人与环境的互动减少，导致人类免疫系统对环境过敏原的反应不同。

中山大学附属第一医院耳鼻喉科主任医师李健说，人体的免疫系统是一个逐步发育并受到训练的过程。“人们从婴幼儿时期跟自然环境接触的机会越来越少，导致我们的呼吸道、消化道等接触微生物的种类下降，免疫系统对某些环境的过敏原的反应和以前不同，过敏性疾病发病率增高。”

不少患者表示，过敏性鼻炎虽经治疗，但还是多次复发。为何过敏性鼻炎难以根治？专家表示，作为一种免疫性疾病，过敏性鼻炎还有很多致病机理没有搞清楚。

阮岩说，过敏性鼻炎的流行病学与病因学研究日益丰富，目前已发现许多危险因素易致过敏性鼻炎，包括遗传机制、大气污染、花粉季节、早期抗生素使用、室内过敏原暴露等，但其严重程度与病因的相关性尚未明确。

多管齐下防治

专家表示，虽然过敏性鼻炎不会给患

者带来严重的生命健康威胁，但会降低其生活质量。此外，过敏性鼻炎如没有得到控制，有20%至40%的过敏性鼻炎患者可能在人生某个阶段发生哮喘。

鉴于过敏性鼻炎高发和低龄化特征明显的问题，受访专家建议开展流行病学调查，有针对性地开展预防和临床救治工作。

李健认为，对患者而言，药物是控制过敏性鼻炎症状的首选措施，可缓解症状、延长间歇期、减少反复发作。不过医生也提醒，有医疗机构提出根治过敏性鼻炎的承诺，或者采用其他一些偏方给予治疗，不仅未必能治愈过敏性鼻炎，反而可能带来不可逆的危害，患者需要到正规医疗机构就医并听从医嘱。

“经常会遇到患者询问，是否能根治过敏性鼻炎，或者是否有针对过敏性鼻炎的特效药。”阮岩说，按照现有的技术手段，过敏性鼻炎确实很难根治，也没有所谓的特效药；但经过正规规范化的综合治疗，可以达到最佳的症状控制，显著提高患者的生活质量。

此外，业内专家认为，绿化工作也需充分考虑过敏性鼻炎因素。研究表明，花粉传播季节各种炎性细胞数量均有增加，花粉过敏与过敏性鼻炎呈现正相关。各地在做绿化树种和花种规划和种植时，要做好科学论证，减少由绿化带来的环境过敏原增加。

据新华社