

取消常态化核酸检测后防护怎么做？
什么时候可以接种吸入式疫苗？

宁波疾控回应

12月4日，宁波市发布优化调整疫情防控相关措施，宁波市疾病预防控制中心针对公众关注的热点问题，作出相关回应。

1 关于新冠病毒力变化与个人防护

问：新冠病毒毒力减弱情况是怎样的？比如感染率、重症率、死亡率经历了怎样的变化？

答：综合国内外的相关文献和数据，基本可以明确，新冠病毒进化到奥密克戎毒株后，与早期毒株相比，其典型特征就是传染力增强、传播速度加快，但致病能力减弱，反应到指标上就是经过一段时间后，人群感染率会明显上升，但是重症率和病死率维持在较低的水平。

问：取消了常态化核酸检测，这是不是对市民的出行、卫生习惯有了更高的要求？防护要注意些什么？外出怎样做好防护？外出回家要注意些什么？老人孩子有没有什么要特别注意的？

答：疫情防控政策优化调整是国家根据疫情形势和病毒变化特征充分研究综合评估做出的决定，目前相关政策调整后，取消了常态化核酸检

测，外出乘坐交通工具和进入公共场所也少了很多限制，但是病毒并没有消失，而且人与人之间接触机会明显增加，疫情传播风险明显上升。为了预防感染，避免疫情暴发，我们还是要做到以下几点：

1. 调整心态，做好心理准备，主动适应新的生活状态，不必过于担心。

2. 做好疫苗接种，尚未接种疫苗的市民，特别是60岁以上的老年人，以及有基础疾病的人群要及时完成疫苗接种。

3. 提升身体素质，运动使人健康，加强体育锻炼，均衡膳食，提高自身免疫力。

4. 做好个人防护，我们依然要坚持疫情期间养成的好习惯，戴口罩、勤洗手、常通风，减少外出聚集，尽量避免去人群聚集的公共场所，减少被感染的风险。

5. 提高认知水平，及时关注官方信息，辨别真假信息，不造谣、不传谣。

问：老年人如果患有糖尿病、高血压等疾病可以接种疫苗吗？

答：只要健康状况稳定，药物控制良好的慢性病人，可以接种新冠病毒疫苗。

问：每天不出门的老年人要打疫苗吗？

答：老年人虽然活动范围相比年轻人较为局限，但也会通过家里的小辈、周围接触的人感染到病毒。如果没有接种疫苗，这些老人一旦感染，那么出现重症、死亡的风险就会大幅度提高。

问：为什么建议老年人要特别注意接种？

答：随着年龄的增长，老年人的免疫力下降，且老年人基础疾病比较多，如果感染新

冠病毒，发展为重症、危重症甚至死亡的风险较大。接种新冠病毒疫苗仍然是当前预防新冠肺炎最经济有效的措施，老年人一定要积极接种新冠病毒疫苗。

问：为什么要打加强针？

答：疫苗接种之后，免疫力和保护效果会随着时间推移下降、削弱。因此，需要进行新冠病毒疫苗的加强免疫，以提高保护效果。

问：宁波什么时候可以接种吸入式疫苗？

答：根据省里统一部署和要求，将于近期在各区（县、市）陆续开展，市民可以关注各区（县、市）预防接种门诊的公告。

记者 任诗好
通讯员 林慧波

孕产妇、儿童如何做好健康防护

——权威专家回应防疫热点

冬季流感等呼吸道疾病高发，疫情下孕产妇、儿童等特殊人群该如何做好健康防护？有孩子的家庭是否需要多储备一些药品？国务院联防联控机制组织权威专家——北京大学第三医院院长乔杰、首都医科大学附属北京儿童医院急诊科主任王荃作出专业解答。

问：孕产妇与普通人群相比是否更易感染新冠病毒？该如何做好防护？

乔杰：从总体人群表现看，孕产妇奥密克戎感染率和普通人群接近，出现症状的表现类型也和普通人群接近，如咽干、咳嗽、流鼻涕、浑身酸痛、发烧等。总体而言，与普通人群相比，感染没有给孕产妇的健康带来更多影响。

患有高血压、糖尿病等基础病的孕产妇要加强自我保护。有妊娠计划的女性最好在孕前接种新冠病毒疫苗，增强自身免疫力。尽量调整好身体状态再怀孕。

孕产妇需注意防护，做到以下关键点：出门、在公共场所戴口罩，到医院就诊时戴N95口罩，少去人员聚集场所；居家或在办公室时经常通风，保持空气流通；外出回来勤洗手。

问：正值呼吸道疾病高发季节，孩子发烧、咳嗽，是否需要去医院？

王荃：秋冬季是儿童呼吸道疾病高发季节，发烧和咳嗽是儿童呼吸道疾病常见症状。导致发烧、咳嗽症状的病原体非常多，以流感病毒等病毒为主，也包括某些细菌、肺炎支原体。

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，甚至出现包块、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，家长应带孩子及时就医。

在医院期间，家长应做好自身和孩子的健康防护，戴好口罩，做好手卫生。回家后应立即脱掉外套、鞋帽并认真洗手。

问：有孩子的家庭眼下是否应该多备一些药品？

王荃：家里备一些适合儿童服用的退烧药等即可，不建议家里过多存药。给孩子服药时应谨遵医嘱并认真阅读药品说明书。为了确保安全，家长不要只凭经验给药。

孩子居家时，要保持规律作息、充足睡眠、合理膳食、均衡营养、加强锻炼，多吃水果和蔬菜。北方冬季天气较干燥，家长要给孩子多喝水，加强亲子沟通，保持心情愉悦。

据新华社

莲花清瘟全面断货？

药店：没必要囤货，很快会恢复供应



除了莲花清瘟外，其他抗感冒和抗病毒药还是很充足的。记者 毛雷君 摄

昨天，宁波市市场监管局发布通告，自即日起，全市零售药店恢复退热、止咳、抗病毒、抗生素等四大类药品销售。

那么，大家关心的非处方药物销售情况如何呢？记者探访了海王星辰、四明大药房、彩虹大药房、老百姓大药房等知名连锁品牌药店。结果显示，所有连锁药店目前莲花清瘟全面断货，清开灵等相关抗感冒药也比较紧张。

在海王星辰的一个门店，店员告诉记者，其他OTC药品还比较正常，就是抗感冒和抗病毒的药品比较紧张。“我们这里还剩下最后一盒四季抗病毒合剂了，其他都卖完了。”不过店员表示，总部正在积极配货，很快就可以恢复供应。

老百姓大药房的一名工作人员也告诉记者，从昨天一早开始，抗感冒药品就几乎卖完了。莲花清瘟也是缺货状态，最快可能要到12月9日才会有货。

甬港北路聚集了一排连锁药店，记者了解到的情况也是莲花清瘟全面断货，清开灵部分有货，其他药品都属于正常。彩虹大药房门店的一名工作人员告

诉记者，从前天晚上到昨天早上，他们接到了很多网络订单，把店里的OTC感冒药几乎都买空了。“现在清开灵只剩下几包片剂，冲剂都卖完了，我们也在积极调货。”她对记者说。

在采访中，记者也遇到几名来买药的市民。市民周女士说，其实她也是出于从众心理备点药，如果真的有发烧等症状，还是会去医院治疗的。“我看到很多人都在买莲花清瘟，就想着也买一点备在家里，没想到断货了。”她说。

隔壁的四明大药房工作人员告诉记者，疫情期间，莲花清瘟和清开灵的备货不太多，现在由于网上热炒，导致这两种药品全面紧张。门店的执业药师告诉记者，其实大家不必有抢购和囤货的心理，目前暂时的短缺是由于之前库存不足和瞬时的爆单引发的，应该会很快恢复正常。

海王星辰宁波地区负责人王伟向记者表示，他们也注意到目前市面上莲花清瘟缺货的情况，正在和供应商积极沟通，力争最快速度补货，满足市民的购药需求。

记者 毛雷君

2 关于新冠疫苗接种

广告

停水通告

因管道施工，12月7日21时至12月8日6时，石碶全境降压供水。

宁波市水务环境集团有限公司
NINGBO WATER & ENVIRONMENT GROUP CO., LTD.