

呼吸道传染病高发季节,如何更好守护健康

国家疾控局组织专家详解民众关切

当前呼吸道传染病流行情况如何?为何有家长感觉,孩子越来越容易得呼吸道疾病了?冬春季怎样更好守护“一老一小”呼吸道健康?针对公众热点关切,国家疾控局组织疾控和医学专家接受记者采访,作出专业解答。

急性呼吸道传染病哨点监测有效促进临床救治和疫情防控

中国疾病预防控制中心传染病管理处副研究员彭质斌:

冬春季是呼吸道传染病的高发季节。当前,我国已建立针对流感病毒、呼吸道合胞病毒等15种常见呼吸道病原体的急性呼吸道传染病哨点监测,能够及时掌握传染病流行趋势和病原谱构成,有效促进临床救治和疫情防控。

从今年第44周监测数据来看,哨点医院14岁及以下儿童的门诊流感样病例数和急性呼吸道感染住院病例数开始呈现上升趋势,当前该年龄组儿童常见检出的呼吸道传染病病原体是肺炎支原体和鼻病毒。

目前,肺炎支原体阳性率较高的省份主要集中在北方省份,南方大多数省份阳性率水平还较低。流感病毒、新冠病毒和呼吸道合胞病毒的活动当前也处于较低水平。

但随着气温下降、冬季来临,会出现流感、肺炎支原体感染、呼吸道合胞病毒感染等呼吸道传染病上升的风险,我们可能会面临多种呼吸道传染病叠加或共同流行的风险。

疾控部门将持续做好急性呼吸道传染病哨点监测,加强多渠道常规疫情监测预警。

多因素叠加增加儿童呼吸道感染可能

首都儿科研究所附属儿童医院呼吸内科副主任医师于磊:

冬春季孩子易患呼吸道疾病是一个多

因素交织的复杂问题。

由于儿童的免疫系统发育尚未完全成熟,他们在面对温度变化时,身体调节能力相对较弱。当室外空气寒冷,孩子的户外活动有所减少;同时冬春季空气干燥,可能影响呼吸道保湿;加之为了保温而长时间关闭门窗导致空气质量下降,进一步增加了呼吸道感染的风险。部分患儿还因冷空气刺激而引发呼吸道高反应,这些因素相互叠加,增加了儿童呼吸道感染的可能。

肺炎支原体作为一种常见呼吸道病原体,其主要通过呼吸道飞沫传播,感染者是常见的传染源。目前已有多种抗支原体药物应用于临床,且疗效肯定,家长不必过于担心。如果出现病情迁延不愈或体温持续高于38.5℃等情况,建议家长带患儿前往医院就诊及评估,遵医嘱用药,切忌自行在家盲目用药,延误患儿病情。

“一老一小”重点人群做好预防、加强疫苗接种

于磊:“一老一小”重点人群可通过以下措施来做好预防,包括养成良好的卫生习惯,如勤洗手、咳嗽或打喷嚏时遮住口鼻;增强体质,保证充足的睡眠,注意营养均衡,提高身体抵抗力;在疾病高发季尽量少去人群密集的公共场所,特别是空气流动不畅的密闭场所;减少接触出现呼吸道症状的人,接触时注意个人防护;保持环境清洁卫生,做好室内通风换气。

彭质斌:为了有效降低孩子在这一时期的呼吸道感染风险,家长可采取如下预防措施,如定期开窗通风、增加孩子营养摄入、避免带孩子去人群密集场所等。同时,建议加强对儿童、基础性病患者、老年人群等高风险人群的疫苗接种。家庭要积极做好健康监测,对重症高风险患者及时就医、救治,尽可能预防发病、减少重症及死亡病例发生。

（新华社北京11月12日电 记者 顾天成）

相关新闻

儿童支原体肺炎这样防治效果好

疾控部门监测数据显示,当前儿童支原体肺炎处于散发流行中。针对公众关切,国家疾控局组织疾控和医学专家接受记者采访。

一问:哪些情况需要警惕支原体肺炎?

首都儿科研究所附属儿童医院呼吸内科副主任医师于磊:肺炎支原体感染后临床表现多样,包括鼻咽炎、扁桃体炎、气管炎和肺炎等,其中以气管炎和肺炎最为常见。

肺炎支原体肺炎多见于5岁以上儿童,以发热、咳嗽为主要临床表现,可伴有头痛、乏力、流涕、咽痛等。发热以中高热为主,体温可高于38.5℃,咳嗽常为剧烈干咳,可能持续数周至数月。婴幼儿患者可能有喘息表现;年长儿可有胸痛,病情进展可出现呼吸困难。

如患儿出现体温持续高于38.5℃,高热不退;精神弱、睡眠多、纳食明显减少;呼吸快、喘息、胸痛;在治疗过程中出现病情反复或加重等情况,家长应及时带患儿到医院就诊。

二问:儿童感染肺炎支原体后,怎样治疗和护理?

于磊:肺炎支原体感染发病初期,多数患儿会出现咽痛、头痛、发烧、咳嗽和乏力等。两三天后,呼吸道症状会逐渐明显。症状高峰时,患儿咳嗽症状明显,尤其是夜晚,痰可能黏稠或脓样,呼吸急促和胸痛也可能随之而来。整个病程大约持续2到3周。恢复阶段,

患儿发热等症状明显好转,但咳嗽可能会持续时间较长,有的可达1至2月左右,随着治疗和时间的推移,症状逐渐消失。

在临床治疗方面,肺炎支原体肺炎最佳的治疗窗口期为发热后5天内。治疗应根据不同严重程度进行个体化治疗,选择合理抗生素。重症患儿应采取综合治疗,早早就医。

家长应遵从医生医嘱进行规律治疗,切忌擅自停药或自行调整治疗方案。

三问:家校如何联手做好儿童支原体肺炎预防?

中国疾控中心传染病管理处副研究员彭质斌:儿童青少年免疫系统还不健全,更容易发生呼吸道感染。建议家校共同做好以下工作:

一是对于疫苗可预防的呼吸道感染如流感、水痘、麻疹、风疹、流行性腮腺炎等,应按照疫苗接种程序,保障儿童青少年及时接种疫苗。

二是要注意孩子的日常护理,保持个人卫生;加强室内环境清洁和空气流通;多让孩子喝水、多吃蔬菜水果,规律作息,增强自身免疫力。

三是要减少孩子接触传染源的机会,避免让儿童青少年去人群密集的场所。

最后,加强健康监测,做好晨午检、因病缺课登记等,确保学生、教职员工不带病上课上岗,防止将传染病引入学校或班级。

（新华社北京11月12日电 记者 顾天成）

我国实施交通物流降本提质增效行动计划

新华社北京11月12日电 (记者 叶昊鸣、王丰昊)记者12日从交通运输部获悉,交通运输部、国家发展改革委近日印发《交通物流降本提质增效行动计划》,明确到2027年,交通物流降本提质增效取得显著成效,社会物流总费用与国内生产总值的比率力争降低至13.5%左右。

据交通运输部相关负责人介绍,交通物流具有先导性、基础性、保障性作用,行动计划提出了加快建设国家综合立体交通网、深入推进运输结构调整优化、推进交通物流与产业融合发展等18项具体举措,旨在加快推进交通物流结构性、系统性、制度性、技术性、综合性、经营性降本提质增效,更好服务经济社会高质量发展。

根据行动计划要求,到2027年,国家综合立体交通网主骨架更加完善,基础设施联网补网强链深入推进,运输结构持续优化,全国铁路货物运输周转量较2023年增长10%左右,港口集装箱铁水联运量年均增长15%左右,综合交通运输体系改革等取得重大突破,多式联运“一单制”“一箱制”加快推广,货运组织效率大幅提升,培育形成一批具有国际竞争力的领军企业,交通物流对现代化产业体系的支撑作用更加突显。

预防“小眼镜”三部门作出最新部署

新华社北京11月12日电 (记者 徐壮)记者12日从教育部获悉,教育部办公厅、国家卫生健康委办公厅、国家疾控局综合司近日联合印发关于切实抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段防控工作的通知。通知要求前移防控关口,有效减少幼儿和小学生近视发生,推动全国和各地区儿童青少年近视率以更快速度下降。

通知提出,确保幼儿每天户外活动时间不少于2小时,其中体育活动时间不少于1小时。要严管教师拖堂或占用课间休息时间,有序组织和督促小学生课间到室外活动或远眺,防止学生持续疲劳用眼。鼓励在教室门口或公共区域设置形式多样、丰富多彩的“微活动区”。

通知要求,指导家长为学生创造良好的居家视觉环境,提高对孩子使用电子产品的监管意识,科学管控电子产品使用时长和方式。

通知还要求,各地教育行政部门要改善小学教学设施和条件,采购符合标准的可调节课桌椅,为小学生提供符合用眼卫生要求的校园环境,小学每月至少调整1次座位。全面深入实施“学校明亮工程”,严格按照幼儿园建设标准和普通中小学校建设标准,落实教室、宿舍、图书馆(阅览室)等采光和照明要求,使用利于视力健康的照明设备。

2024牛肉贸易合作发展大会举行 进口肉类评价团体标准制定工作启动

□记者 韩凯 通讯员 李新睿 韩彬 报道
本报阳信讯 11月11日,2024牛肉贸易合作发展大会在滨州市阳信县召开。中国肉类协会宣布启动进口肉类评价团体标准制定工作,以更高的质量标准护航产业发展和食品安全。

本次大会旨在深化国际肉类食品行业交流,推动国际合作与肉牛全产业链创新发展,共有来自20个国家和地区的30余家企业参展,35个国际组织代表和跨国企业代表与国内企业洽谈合作,来自国内415家牛肉产业上下游相关企业的500余名代表参会。

中国肉类协会副秘书长刘蕾介绍,不同来源地肉类在产品品质、安全标准等方面存在差异,这给进出口贸易和国内市场带来了不稳定因素,也给主管部门监管带来了挑战。食品安全标准是进口肉类的底线,此次启动制定的进口肉类评价团体标准将要求养殖、饲喂、屠宰加工、运输、储存等不同环节可追溯,在满足饲料添加、农兽药残留、污染物限量等食品安全要求的基础上,对肉类质量从食用加工的角度,在不同维度提出明确的技术要求和分级要求,通过等级标识或者红黑榜等形式把好进口肉类质量关。

会上,5位专家获聘肉牛全产业链首席顾问,他们将为产业发展提供专业指导。

“三青”力量助力乡村全面振兴

□通讯员 褚彦辰 帅伟超 报道
本报讯 “我之前学的电商销售知识终于派上用场了”“能为父老乡亲们干事我感觉很充实”……近日,在莒南县洙边镇“茶韵栗香”片区联合党委,5名跟岗锻炼的农村“三青”人才正热火朝天地讨论着。“我们片区8个村,现在储备培育了17名青年人才,乡村振兴‘后继有人’了。”省派莒南县洙边镇第一书记孙宽亮说道。

近年来,莒南县深入实施“三青”计划,紧盯青年人才、青年党员、青年干部,按照“精选、优育、实干”总体思路,着力打造一支爱农村、留得住、有本领的后备力量,为村级带头人队伍建设蓄足“源头活水”。

在“三青”人选上,莒南县通过对13.3万名青年摸排、公开考选、部门联动推荐等方式,确定465名重点储备对象,平均年龄32.68岁,大专以上学历占比达97.4%。为多维度赋能“三青”人才成长,聚焦治理、发展、服务三大主线,分设465个村级基础岗、287个镇级锻炼岗、20个县级提升岗,根据成熟度逐级轮岗历练。同时,以乡镇为单位组建16支“青雁小队”,划分33个“青雁小组”,通过强化沟通交流、定期演练比拼,实现自我管理、整体提能。

为进一步强化激励措施,莒南县统筹财政资金1600万元予以专项支持,积极搭建干事平台,鼓励“三青”人才创新创业,为振兴沂蒙乡村提供坚强组织保障。

我省自西向东迎明显降雨

□记者 方全 报道
本报济南11月12日讯 记者今天从省气象台获悉,受冷暖空气共同影响,预计12日夜间至14日,山东自西向东有一次较明显降雨天气过程,降水分为两个时段,主要在12日夜间、13日夜间至14日上午。全省过程累积平均降水量5-10毫米,其中,聊城、德州、滨州、东营、济南、泰安、菏泽、济宁和威海8-15毫米局部25毫米以上,其他地区3-8毫米。

具体预报来看,12日夜间到13日白天,菏泽、济宁、鲁西北和鲁中地区天气阴有小雨转多云,其他地区天气阴转多云。13日夜间到14日白天,全省天气阴有小雨局部中雨转多云。

气象部门提示,此次降雨过程有利于增加土壤墒情、降低森林火险等级,但需关注阴雨寡照对设施农业等的不利影响。

冬日田园风光美

□通讯员 公茂栋 报道
初冬时节,临沂市蒙阴县岱崮镇的田园风光美如画,村庄在平流雾里时隐时现,红彤彤的柿子高挂枝头,为冬日增添了一抹色彩与温暖。



走近陪诊师：有规范才能行得远

大众视点

□ 大众新闻·海报新闻记者 杜郑敏

随着人口老龄化加剧和医疗服务需求的提升,陪诊师等就医服务新业态应运而生。陪诊师不仅能为“不熟悉医院数字化设备、分不清医院科室和就医步骤、不敢独立就诊”的患者提供挂号、排队、取药、陪做检查、陪住院等流程上的帮助,还能给予患者情感上的支持和陪伴。

日前,记者深入采访获知,目前,济南陪诊师从业门槛较低,从业者主要包括个人、团体机构;有全职从业者,也有人当作副业。收费多以小时、天数计,陪诊半天收费标准约为180元-200元,全天收费约为300元-400元,半天时间是指4-5小时,全天时间指8-9小时。有陪诊师透露,自从从业以来,高时月收入近万元。

收入相差大且不稳定

“我踏入这个行业是机缘巧合。”今年23岁的巩女士,在济南从事陪诊行业已有一年多,回忆起刚入行时的经历,巩女士说:“我大学学的是学前教育专业,毕业后转行做医药代表,在一次去齐鲁医院呼吸科拜访客户的时候,遇到一对年长的夫妻因找不到做CT的地方而着急,我

就主动带着他们到了检查室。”

回到家后,巩女士在网上搜索医院就诊流程时,突然看到“陪诊师”这个职业,于是,她就在网上发了第一条提供陪诊服务的动态,自此开启了陪诊生涯。

“决定从事这个行业最大的底气是,我对济南的部分医院环境很熟悉,也懂一些基本的医学知识。”巩女士说,包括挂号处在哪里,各科科室、检查室在哪里,哪些疾病在就诊前需要先做哪些检查会更节省时间,她都比较清楚。

“我陪诊过的客户大多数都是省内的,到目前有百十多位。”巩女士说,本着负责任的态度,她会提前与客户沟通,了解基本病情,再制订陪诊方案。“有些客户没有抢到他们想挂的专家号,我需要早上6点来医院的人工窗口排队抢号。”巩女士说,“我能做的,就是尽可能地节省客户的时间。”

拿药、陪诊、代问诊、代开单、代取报告……微信步数一天过万是常态。有时为了赶时间,等不到电梯就爬楼梯。“陪诊师不能只是陪着,如果只懂‘陪’,在这行是干不下去的。”在巩女士看来,陪诊服务的核心,不仅要满足病人的看病需求,还要提供情绪价值。

巩女士回忆,她曾经在省立医院陪诊过一位患乳腺癌的病人,就诊后这位病人的情绪一度非常崩溃,巩女士柔声安慰她一定要坚定信心,勇敢面对,慢慢将病人的情绪安抚下来。

随着业务的增多,巩女士的收入也变得较为可观。“我的收费标准在行业里算

是比较便宜的,半天180元,全天300元。”巩女士说,从业一年多以来,从一开始的月入几百元,增长到现在的月入四五百元。

“这个行业的收入存在两个问题,一是同行间相差大,二是很不稳定。”巩女士说,“陪诊算是我的一个副业,在春天和冬天,我的陪诊订单会多一些,夏天和秋天相对较少。”

相比巩女士,26岁的陪诊师马女士入行才小半年的时间,最多时一个月收入一万余元。“我陪诊的客户多数就妇科、眼科、神经内科、生殖科、产科等。”马女士说,她平均一天能陪诊3至4位客户。

马女士表示,目前,还是把陪诊师当作副业来做,未来如果陪诊行业规范化、规模化发展,她有意进入陪诊教培行业拓展更多业务。

对于刚入行或者想入行的新人陪诊师,马女士建议:“可以当成副业先入行,看能不能坚持下来再说。”更重要的是,做陪诊之前要先问自己是不是一个细心、耐心、有责任心的人,“要有付出的心态,对于一个陪诊师来说,这些特质非常重要。”

既被需要,又缺规范

“上个月,我来齐鲁医院做了个无痛肠胃镜检查,因为一直在外地工作生活,也不想麻烦朋友同事陪我,就找了一位陪诊师。”济南市民刘女士告诉记者,令她感到安心的是,检查当天陪诊师按约定时

间到得还早,检查期间一直细心陪同,并仔细叮嘱注意事项,非常专业、负责。

刘女士说,做无痛肠胃镜检查需要麻醉,麻醉必须要有家属陪同,请陪诊师不仅可以避免麻烦亲朋好友,而且他们还熟悉医院的业务和流程,节省了时间。

“一开始很忐忑,担心陪诊师的业务水平不高,做完后,觉得200块钱陪诊费不白花。”刘女士满意地说。

企查查数据显示,2014年以来,我国累计注册1048家陪诊相关企业,其中超7成为2022年以来注册。2022年共注册241家陪诊相关企业,超2021年同期的10倍以上,达近十年注册量增速峰值。2023年,我国陪诊相关企业增至385家,注册量同比增长59.8%。

记者在淘宝咨询了一家提供陪诊服务的店铺,该商家表示,半天服务时间费用200元,先拍下订单,待陪诊就医结束后,再点“确认收货”。

作为新职业,陪诊师行业仍处于初步发展阶段。这一新兴行业既被需要,又缺少一定监管。

“多年前,部分大城市的医院就出现过陪诊师这一职业。由于当时没有足够的行业规范和约束,反而滋生出不少‘黄牛’和‘医托’,把陪诊师污名化了。近几年,这个行业再次出现在大众视野,这说明该职业确有存在的必要。”一位在省内三甲医院任职的业内人士说,陪诊的有便捷、暖心等优点,但同样需要约束与规范,避免出现破坏就医环境和秩序等情况。