

## 防疫不松劲 复工加把劲

2020年2月27日 星期四 编辑 张大弓 电话 4396019 E-mail: xccbbjb@163.com

## 降温模式上线,做好防寒保暖

本报讯(记者 王焯)今天,除了气温明显降低外,雨水也会与我们相伴。大家在出门时要带上雨具,还要多穿一点儿,到办公室尽量不要打开中央空调。即便在自己的办公室,大家也要戴好口罩。

## 降温、降雨模式上线

本周前两天,在明媚阳光的助力下,我市气温一路上升。昨天,太阳躲到了云层中,气温迅速下滑。今天,降温、降雨模式上线,阵风风力为5—6级,大家注意做好防风措施,远离临时建筑物和高大的广告牌。

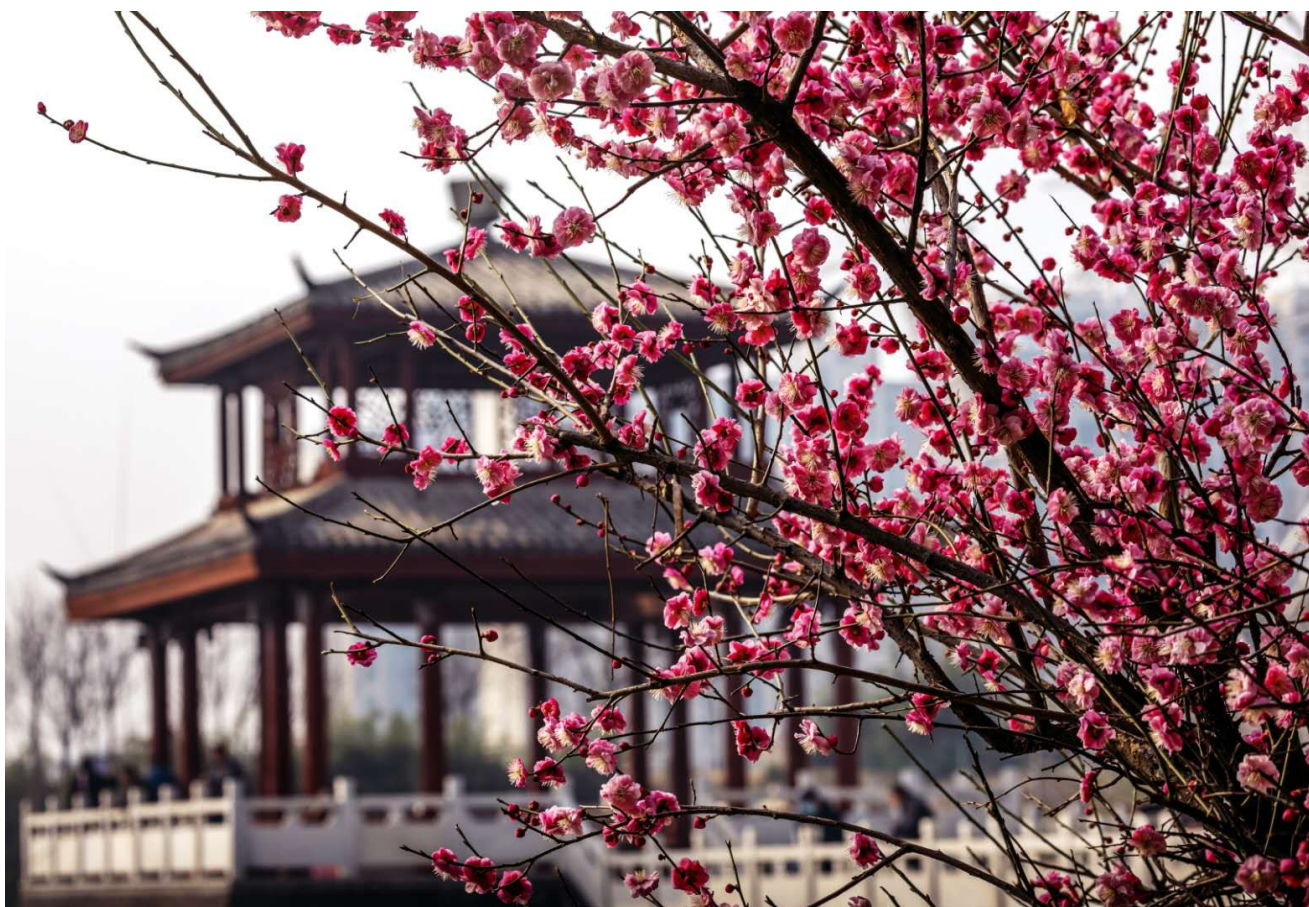
许昌市气象台最新气象资料显示,这次冷空气不仅会带来大风,还会带来降水、降温。今日最高气温只有7℃,预计这将成为本周气温的低谷。既有寒风,又有阴雨,仿佛天气回到了冬天。具体预报为,今天阴天,有小到中雨,东北风3—4级,阵风5—6级,3℃到7℃;明天小雨转多云,1℃到12℃。

这两天,该穿厚衣服时一定要果断穿上。另外,春季天气多变,大家不要过早地洗晒冬装、厚被子。

## 阴晴转换频繁,谨防感冒

近日,天气忽冷忽热,阴晴转换频繁,正是感冒病毒盛行的时候,慢性病患者、体质虚弱者更容易患上感冒。这些人群除了要注意防寒保暖外,还要注意保证室内空气流通。

慢性病患者、体质虚弱者可适量吃一些鱼、禽、蛋、瘦肉等高蛋白食物。木耳、蘑菇、海带、紫菜等菌藻类食物中含



近日,在许扶运河旁边,朵朵红梅热情洋溢地开放,一缕缕梅香在春风中荡漾。

晨报摄影 杨望祥 摄

有大量多糖物质,这些物质具有一定的保健效果,能在一定程度上增强人体的免疫力,对于保护中老年人的心血管也有一定的好处。这些人群不妨多吃一

些,但是要少吃肥肉、烟熏肉、腌制肉等食物。当然,保持愉快的心情、防止过度疲劳也很重要。

近日,气温起伏明显,大家一定要

注意保暖,开窗通风要把握好度,避免着凉。同时,大家要增强防护意识,减少外出,做到不扎堆、勤洗手。

## 疫情期间,到医院就诊如何正确防护?

疫情期间,有的人生病了,但是对要不要去医院感到纠结。特殊时期,如何做好自我防护,怎样避免交叉感染,做到安全就诊呢?

## 到医院就诊如何正确防护?

专家提醒,患者到医院就医,一定要戴口罩。到一般门诊就诊,正确佩戴一次性医用口罩即可。如果去发热门诊,建议佩戴医用外科口罩,并尽量乘坐私家车或出租车就医。

专家表示,到医院后千万不要乱摸,特别是电梯等公共区域。可以带上纸巾,按电梯按钮时纸巾包住手指,按完按钮马上扔掉。回家后一定要好好洗手。

有人担心,去过医院会不会成为密切接触者?北京地坛医院感染性疾病诊疗与研究中心首席专家李兴旺说,在没有防护的情况下,与疑似或确诊病人近距离接触的人,才算密切接触者。去医院看病接触到感染者的机会并不会显著高于其他

相对人群密集的公共场所,患者仅去医院看病不会成为密切接触者。

粪便可检测出新型冠状病毒,医院的厕所还能用吗?目前还没有证据说明新型冠状病毒存在粪口传播,经呼吸道飞沫传播和接触传播仍是主要传播途径。只要戴口罩、勤洗手,就不需要过度担心,医院的厕所同样可以放心使用。

## 慢性病稳定期的患者可减少去医院就诊

专家提示,急症或危重患者应尽快到急诊就医,同时注意做好防护措施。慢性病稳定期的患者应尽可能减少去医院就诊,可以线上咨询。

不少患者在疫情出现前就约好了相关手术。专家建议,若是针对白内障等病情发展缓慢的疾病的择期手术,患者可与主治医师商量将手术时间延期到疫情过后。

对于患类风湿关节炎、溃疡性结肠炎等病情稳定、定期应用生物

制剂的自身免疫病患者,可考虑在经治医师指导下,短时期改用口服治疗方案,或适当延长给药间隔,必要时再到医院接受治疗。

## 有轻微发热或呼吸道症状需要去发热门诊吗?

不少人出现了轻微发热或呼吸道症状,却害怕去发热门诊会被隔离或交叉感染。对此专家强调,特殊时期,为保证患者和他人的安全,一般不明原因发热的患者需要先经过发热门诊筛查,排除新型冠状病毒感染后,方可根据情况到门诊就诊。只有新冠肺炎疑似或确诊患者才需要进行隔离观察。

如无流行病学史,单纯出现打喷嚏、流鼻涕、咽痛等上呼吸道症状,而乏力、发热、咳嗽等症状都不太明显,也可能是普通感冒,年轻患者、无基础病人可暂居家观察。

一旦发热症状加重或呼吸困难加重,应尽早到发热门诊就医。年轻患者或有基础病人应尽快就医。

## 这3种情况应立即就医

一是内科急症。现在是冬春交替之季,昼夜温差较大,既往有糖尿病或者冠心病的人很容易诱发心梗,从而危及生命。老年人或者有基础疾病的人突然出现心慌、头晕、胸闷等,一定要马上就医。

二是外科急症,如急腹症。如果突然肚子痛、拉不出大便等,就要小心了。这很容易出现重症胰腺炎或者肠穿孔,严重的会危及生命。如果出现突发的肚子剧痛等问题,一定要立即去医院。

三是儿童发烧。这个时期病毒比较活跃,容易出现各种呼吸道疾病或者手足口病等,最明显的临床表现就是发烧。如果孩子发烧了,如何判断要不要去医院呢?主要看两点,一是饮食,二是精神。如果孩子发烧超过39℃,精神不好,不好好吃饭,连平常最喜欢看的动画片都不看了,那这个时候就必须去医院了。

(人民健康)