

# 奥密克戎变异株致病力大幅降低

## 国务院联防联控机制专家回应防疫热点

**据新华社电** 随着奥密克戎病毒致病性的减弱、疫苗接种的普及、防控经验的积累,我国疫情防控面临新形势新任务。从近期一线救治情况看,奥密克戎导致的重症率高吗?感染了奥密克戎的高龄老人、基础病患者等,当前如何救治?国务院联防联控机制组织呼吸危重症专家、首都医科大学附属北京朝阳医院副院长、北京市呼吸疾病研究所所长童朝晖作出专业解答。

**问:**从近期一线救治情况看,奥密克戎导致的重症率高吗?

**答:**随着病毒变异,以及疫苗接种的普及、防控经验的积累,奥密克戎导致的住院率、重症率、病死率都在大幅降低。从当前全国病例来看,感染奥密克戎后以上呼吸道症状为主,主要表现为嗓子不舒服、咳嗽等。无症状和轻型大约占了90%以上,普通型(出现肺炎症状)已经不多,重症(需要高流量氧疗或接受无创、有创通气)的比例更小。

这与武汉保卫战期间新冠病毒原始株导致的症状有很大不同。当时,重症患者较多,一些青壮年患者的双肺也会呈白色,出现急性呼吸衰竭。但本轮疫情期间,从北京的定点医院救治情况看,真正因新冠肺炎导致要插管上呼吸机的患者只有少数几例。

**问:**感染了奥密克戎的高龄老人、基础病患者等,当前如何救治?

**答:**高龄老人,有心脑血管疾病、慢性呼吸道疾病等基础病的患者,正在进行放化疗的肿瘤患者,妊娠晚期孕妇等,免疫力较低,可归纳为脆弱群体。从目前救治情况看,他们感染新冠病毒后住进定点医院,大多数是因为原发疾病,但又因核酸阳性无法住进普通医院。这类患者的新冠肺炎症状不明显,治疗通常

没有太大区别。

对于CT影像等临床表现为典型新冠肺炎的少数患者,医务人员严格按照标准规范,进行救治。

在北京的定点医院,对于部分有基础病的高龄患者,还会组织多学科专家进行会诊。经过治疗,如果患者的核酸检测已经转阴,也将逐步从定点医院分流到其他医院。

# 孕产妇、儿童如何做好健康防护

## 权威专家回应防疫热点

**据新华社电** 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:**如遇封闭隔离,孕产妇无法按时就诊,该如何处理?

**乔杰:**孕产妇如遇封闭隔离无法按时就诊,不要着急、焦虑,要和自己的助产机构及时联系。就诊属常规体检的,可以更改时间;如属紧急就诊,可与社区及时沟通,通过特殊通道就诊。

**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。

# 再次升破“7”关口 人民币汇率为何底气足?

继11月累计上涨1300个基点、12月2日一度探至7附近后,5日,人民币兑美元汇率终于“不负众望”,升破“7”关口。截至5日18时,在岸和离岸人民币对美元汇率均涨破6.95。这也是继9月下旬以来,人民币汇率首次回弹至“6”区间。

人民币汇率为何迅速反弹?

“美元正式迎来拐点,在逐渐失去紧缩货币政策支撑后,在衰退交易冲击下将进一步回调。”中国银行研究院高级研究员王有鑫接受记者采访时表示,近期人民币汇率大幅反弹从外部因素来看是由于美联储紧缩政策预期的变化。

当地时间11月30日,考虑到货币政策的滞后性等因素,美联储主席鲍威尔在讲话中暗示了美联储接下来放缓加息的可能性。

南华期货研究报告提到,由于市场对美联储货币政策转向预期再度升温,近期,美元指数震荡

下行,整体表现偏弱,上周已跌破105。

从内因来看,民生银行首席经济学家温彬表示,随着全国多地优化疫情防控措施,境内外市场情绪明显高涨,对国内经济复苏前景更趋乐观。

“在美元指数显著回落以及国内利好政策多维度加码,防疫措施优化趋势也非常明显的影响下,市场对我国经济复苏的信心有较大的提升。”南华期货研究报告也提到。

此外,温彬称,由于央行目前重点关注的是经济增长,故现阶段货币政策较为宽松,12月5日央行正式执行降准0.25个百分点,释放长期资金共计约5000

亿,有助于保持流动性合理充裕和落实稳经济一揽子政策措施,利好国内经济修复。

人民币汇率回弹有何影响?

东方金诚研究发展部王青指出,人民币汇率大幅反弹,一方面将缓解国内资本市场资金外流压力,减轻企业进口成本,个人购买海外商品的人民币价格会随之下降;另一方面,这也将压缩出口企业汇兑收益,降低个人购汇成本。

温彬提到,截至12月5日收盘,上证指数大涨1.76%,呈现出明显的股汇双涨局面。信达期货报告指出,多地防疫政策优化叠加人民币汇率大涨,利空因素逐

渐消化,指数中期向上趋势不变。

人民币汇率后续如何走?

在王有鑫看来,随着疫情防控政策更加科学化和精准化,预计疫情对经济社会的影响将逐渐弱化,生产、投资和消费活动将逐渐向常态化方向转化,经济复苏将驶入快车道,这将显著改善市场预期,推动人民币汇率进一步反弹。

“特别是今年底至明年上半年,欧美等发达经济体经济衰退风险日益加大,中国经济和人民币资产将成为全球财富的避风港,跨境资本流动将逐渐改善。目前美国银行、摩根大通、高盛等华尔街机构都提升了对明年中国股票相关指数回报率的预期,纷纷唱多人民币资产,预计人民币汇率至少在明年中将保持上行态势。”王有鑫表示。

兴业研究报告指出,资金回流股市,12月人民币有望延续11月以来的升值回调。10月购汇率超过结汇率,但在春节前刚性结汇需求下,人民币将重现岁末年初的强势。

温彬说,展望2023年,在全球经济衰退征兆愈发明显的情况下,美元指数仍有较大幅波动可能,同时海外需求持续走低也会对我国出口有所压制,不过在国内外经济逐步回稳向好,且通胀压力明显小于欧美国家的情况下,人民币大概率将保持相对平稳的双向波动格局。本报综合



# 每天要喝8杯水? 这个量就够了,但不同人群有差异



“每天要喝8杯水”的说法流传甚广,也有不少人坚持照做。可大家有没有想过,这8杯水究竟要用多大的杯子?很明显,这个说法不是很准确。

那究竟每天喝多少合适?这个标准是否适合所有人呢?

**1. 每天饮水量,这个标准就够了**

《中国居民膳食指南

(2022)》指出,低身体活动水平下的成年男性每天应喝1700ml,成年女性每天应喝1500ml。而如果天气热、空气干燥、出汗多等,则要根据实际情况适当增加饮水量。大家可以留意一下自己的小便,如果颜色浅黄、清澈、量足,说明饮水量基本充足。

**2. 这些人要控制饮水量**

上述饮水标准是针对健康人群而言的,而一些特殊人群则要区别对待,比如:

◎正在服药治疗胃溃疡的患者:药物中含有硫糖铝、氢氧化铝凝胶等物质,会对胃粘

膜形成保护,若喝水太多,可能会降低药效,不利于病情的恢复。

◎慢性肾病患者:肾功能受损时,喝进去的水不能正常排泄到体外,因此要控制饮水量。一般,全天适宜的水量(包括喝水及饮食中的水液)=500ml+前一天小便量;

◎心衰患者:大量饮水会造成回心血量增多,从而增加心脏负荷,加重病情。心衰严重者,饮水量甚至需控制在800ml以内。注意:具体饮水量,还根据个人病情以医生建议为准。 滨州市科协供稿



扫描二维码 关注滨州市科技馆微信公众号参与科普活动



扫描二维码 关注科普滨州微信公众号了解科普内容和生活资讯