



# 二孩家庭送出唯一一瓶儿童退烧药

## 淄博高新区：邻里守望相助 “共享药箱”传递温暖

这两天，淄博高新区四宝山街道金都花园社区，“居民群”变成“互助群”，中国好邻居的举动让人感动。有人家里孩子发烧，邻居二话不说把家里唯一一瓶儿童退烧药送了过来，哪怕她自己家也有两个孩子；有人刚刚康复了，就把剩余的药分给了需要的人。小区设“共享药箱”，居民纷纷将自家多余的药物拿出来，通过“共享药箱”分享给没有备药的邻居，共同守护邻里健康。

### 二孩家庭送出唯一一瓶儿童退烧药

12月7日，疫情防控“新十条”发布。随后，金都花园社区在居民群发出倡议，倡导大家守望相助，按需购药，余药共享。近日，社区居民群开展了一场“邻里守望 共享药箱”温暖传递活动，居民们纷纷“慷慨解囊”，把家中一时没有用到的药送给邻居们，帮助有需要的人。金都花园社区在社区设立“共享药箱”，方便居民捐赠家中余药，方便有需求的居民能在紧要时

刻有药吃。

“我们一家六口，除了两个孩子目前没事，基本都感染了。我是上周感染的，目前还咳嗽。孩子爷爷和我对象都是12月18日感染的，两人都发高烧，孩子奶奶是昨天开始不舒服的。目前家里人症状虽然没有完全消退，但整体精神状态都已经开始好转了。”12月20日，金都花园社区居民徐北通说。

从上周到现在，虽然徐北通和家人陆续出现了病症，但这期间，她还是把药分给了4个家庭，就连家里唯一一瓶儿童退烧药，她也送给了邻居。“邻居家里的孩子小，才16个月，这么小的孩子发高烧又没有药，我作为两个孩子的母亲，是非常理解邻居心情的。虽然就一瓶，但我不是现在用不到嘛！”徐北通说，她在小区居民群看到有居民四处寻药，向丈夫说明情况，两人当即决定把药送给这名邻居。

“邻居人很好，她也担心我把药给她了，我的孩子发烧了怎么办，我让她放心照顾孩子，不可能大家的药都吃完，总有余下

的药。”徐北通说，她还把家里的一瓶布洛芬也分给了3个家庭，自己家只留了一小部分。“以我家的经验来看，一个家庭短时间内用不了那么多退烧药，我相信药店马上就会有足够的药。”徐北通说，居民群的邻居们都很热情，有邻居急需药品，都会有人伸出援手，大家通过“共享”把药品送到更需要的人手中。

### 守望相助 药品共享

“邻居们，有没有多余的抗原试纸？”

“我这里有几个，你要是需要直接拿去用。”

“有没有儿童可以用的布洛芬悬浮液，谁能借我？”

“我家里有，一会我给你放在电梯口，你直接过去拿。”

“我家里有多余的体温计，还有在保质期内的退热贴，有需要的邻居们可以放心使用。”

……

居民有困难，社区要尽力帮居民解决！金都花园社区党群服务中心设置了“共享药箱”，提

供防疫药品、感冒药品、酒精等物品。

“越是这个时候，才越需要别人帮一把。我已经康复了，还剩下些药，看到邻居们买不到药，就把家里剩下的药拿出来分享给有需要的人。”金都花园社区居民张先生将自家退烧药、感冒颗粒、止咳药品等送到了社区的“共享药箱”。“不单单是邻居们，社区工作人员、物业保安保洁、快递小哥，他们都可以将捐赠的药拿走，希望爱心可以传递下去。”张先生说。

### 拿到共享药 心里不再慌

“有药了，我就不慌了。”在“共享药箱”拿到药的居民刘先生感动之余多了一份安心。他说，非常感谢邻居送的体温计和退烧药。家里孩子发烧，他也不知道到底多少度，家里也没有退烧药，跑了3个比较近的药店都没货，他急得像热锅上的蚂蚁。拿到药后他心里特别感动，他会把这份爱心传递下去。

大家的暖心举动让社区“共

享药箱”很快发挥了作用，大家纷纷加入到温暖传递中来。有居民来取药，也有居民来送药，“共享药箱”持续供药不打烊。

“最近出现了一药难求的情况。我们了解到情况后，及时在社区网格群内发起‘邻里守望 共享药箱’的互帮互助倡议。居民纷纷把自家多余的药物拿出，通过‘共享药箱’分享给邻居，共同守护邻里健康。社区居民互帮互助，体现了社区大家庭的温暖。”金都花园社区党委书记孙继冰说。

根据淄博市商务局及各大医院和医药连锁机构最新消息，各方都在全力以赴协调药品生产企业采购更多药品，淄博高新区在辖区全面启动“一点两用”的社区发热门诊，退烧药“当日报批当日取”。淄博近50家发热门诊启用，退烧药、感冒药、抗原试纸陆续到货，保障市民用药需求。

大众日报淄博融媒体中心记者 陆晓茜 通讯员 田雪

## 新冠叠加流感，家中老小如何防护？



时下，新冠病毒和入冬后的流感病毒正叠加流行，流感感染率已经高达8%，医生提醒，当流感碰上新冠，有严重症状的更不容拖延。

老人、儿童免疫力相对较低，如何做好防护、预防感染病毒？近日，中山大学附属第一医院多位专家接受记者采访进行了解答。

### 儿童

高热3天不退等情况需及时就医

“时下除了新冠病毒，还需防流感等疾病。”中山大学附属第一医院儿科一科副主任岳智慧提醒市民，需将感冒、流感、新冠病毒导致的症状进行区分，若是感染流感，也是会威胁生命的。

她解释说，感冒病毒四季都有，季节性不明显，以局部症状为主，常有鼻塞、流鼻涕、打喷嚏的症状，发烧常为低-中度，基本3天左右可自愈，全身症状如肌肉疼痛、乏力等较轻。

流感则有明显季节性和流行病学史，时下正是流行季，一般全身症状比较重，如高热，发热时间也较长，伴肌肉疼痛、乏力、头痛、胃口欠佳等。“有些小朋友会说全身好像被人打过那么痛，除了上呼吸道表现，严重患者还会合并肺炎、心肌炎、流感相关性脑病等，可能威胁生命。”因此，她提醒市民，如果孩子得了流感，首先，家里做好通风，给孩子吃容易消化的食物，多喝水、多休息，高热时给予退热处理，密切观察孩子的具体情况。

她特别提到，以下容易出

现重症的情况要特别注意：如孩子5岁以下（尤其2岁以下）；或者孩子原有基础疾病（如肾病、心脏病、肝病、免疫低下及肿瘤等）；或孩子明显精神不好、呼吸困难、持续胸痛、吃不下东西、严重腹泻或者高热3天不退等，需及时到医院诊治。

新型冠状病毒肺炎导致的症状以发热、干咳、乏力为主，少数伴有鼻塞、流涕、腹泻、呕吐等症状。其疑似病例的诊断非常依靠流行病学史，因此建议患者如实提供病史，并及时做核酸或抗原检测。

### 这样做可为孩子建立免疫力

儿科副主任沈振宇支招说，预防孩子感染新冠、流感等病毒，关键是要为孩子建立适宜的免疫力，可从吃、睡、玩、想这四个方面来进行。

吃方面讲求食物多样化，营养均衡；同时保证充足睡眠，早睡早起。玩方面，就是要让孩子在户外、阳光下尽情运动、玩耍。另外，制定个性化运动计划，譬如说哮喘的患者会推荐游泳，跳绳则可以长高。总体是多户外玩，接受阳光、新鲜空气。

### 老人

老人预防新冠的最好手段是接种疫苗

呼吸与危重症医学科主任郭禹标医生表示，疫情下的戴口罩、保持社交距离等一些常规防护还是必要的；有高血压、冠心病、糖尿病、慢阻肺等慢病的老人，要控制好病情，比如说，控制好血压、血糖，这是提高免疫力、防范病毒感染的一个关键。“宿主的免疫功能不好、高龄，是感染新冠病毒，也是重症的一个危险因素。”他提醒说。

他特别提醒老人，要接种疫苗。很多患有慢病的老人会担忧，是否适宜打疫苗？“我认为，在基础疾病控制良好和医生的指导下，打疫苗是安全的。但前提一定是要管理好自己的慢病，尤其是有呼吸系统慢病的老人。”

他也坦言，有些市民确实也是不适合接种疫苗的，比如有自身免疫病如红斑狼疮、风湿关节炎在服用激素药物、免疫抑制剂，因患恶性肿瘤的在接受放化疗和/或免疫治疗等情况，应当咨询医生听从安排。

感染新冠病毒后仍建议接种疫苗

老年医学科主任何文表示，一般急性感染期不建议接种，症状缓解后可以再接种。

因此，即使感染过新冠病毒，医生还是建议继续接种疫苗的。

“我关注到一个数据，广州80岁以上老年人接种新冠疫苗第一针仅50%多，这个比例太低了，目前这种形势，要加快推进老年人疫苗接种。国内外目前很多资料都表明，老年人接种疫苗是比较安全，效果也是非常好的。接种两针以上的老人，能够降低80%以上的重症、死亡率。”何文呼吁老年人更应积极接种疫苗。

同时，他建议老人、儿童少聚集，出门戴口罩，回家勤洗手，保持房间通风，个人防护不能放松。他提醒老人，不要因为害怕感染病毒天天宅家而忽视运动。这时期，更应该保持健康生活方式，合理膳食，注意保暖，适量运动。“WHO推荐每周运动量中等强度运动（快走速度>4.8千米/小时）150分钟以上。如果老

人出现了焦虑等不良情绪，自己调节效果不好时，建议看医生，必要时吃一些抗焦虑、调整睡眠的药物，保证吃好睡好，免疫力才会好。”

流感高发 严重不适要就医

郭禹标医生透露，时下，新冠病毒和流感病毒正叠加流行，日前疾控中心的数据显示，流感感染率已经高达8%了，当流感碰上新冠，病情严重的更不容拖延。

“流感也是会致死的，甚至导致的后果比目前奥密克戎病毒更严重。”他提醒，若发高烧连续三天以上、有咯血等症状，最好去发热门诊，搞清楚究竟是流感，还是新冠病毒或是其他的细菌感染性病原菌所致的肺炎等。新冠病毒很少会造成咯血，除非重症合并肺血管栓塞或肺泡出血，但重症时会出现呼吸困难、嘴唇发黑紫绀等，无论如何，这些严重情况需及时就医，切不可自行处理，以免延误病情。

本报综合

