

优化落实疫情防控措施“新十条”来了

据新华社北京12月7日电 根据当前疫情形势和病毒变异情况，为更加科学精准防控，切实解决防控工作中存在的突出问题，国务院联防联控机制综合组7日公布《关于进一步优化落实新冠肺炎疫情防控措施

的通知》。通知指出，各地各有关部门要进一步提高政治站位，把思想和行动统一到党中央决策部署上来，坚持第九版防控方案、落实二十条优化措施、执行本通知

要求，坚决纠正简单化、“一刀切”、层层加码等做法，反对和克服形式主义、官僚主义，抓严抓实抓细各项防控措施，最大程度保护人民生命安全和身体健康，最大限度减少疫情对经济社会发展的影响。

一 科学精准划分风险区域

按楼栋、单元、楼层、住户划定高风险区，不得随意扩大到小区、社区和街道（乡镇）等区域。不得采取各种形式的临时封控。

二 进一步优化核酸检测

不按行政区域开展全员核酸检测，进一步缩小核酸检测范围、减少频次。根据防疫工作需要，可开展抗原检测。

▶对高风险岗位从业人员和高风险区人员按照有关规定进行核酸检测，其他人员愿检尽检。

▶除养老院、福利院、医疗机构、托幼机构、中小学等特殊场所外，不要求提供核酸检测阴性证明，不查验健康码。

▶重要机关、大型企业及一些特定场所可由属地自行确定防控措施。

▶不再对跨地区流动人员查验核酸检测阴性证明和健康码，不再开展落地检。

三 优化调整隔离方式

▶感染者要科学分类收治，具备居家隔离条件的无症状感染者和轻型病例一般采取居家隔离，也可自愿选择集中隔离收治。居家隔离期间加强健康监测，隔离第6、7天连续2次核酸检测Ct值≥35解除隔离，病情加重的及时转定点医院治疗。

▶具备居家隔离条件的密切接触者采取5天居家隔离，也可自愿选择集中隔离，第5天核酸检测阴性后解除隔离。

四 落实高风险区“快封快解”

连续5天没有新增感染者的高风险区，要及时解封。

五 保障群众基本购药需求

▶各地药店要正常运营，不得随意关停。

▶不得限制群众线上线下购买退热、止咳、抗病毒、治感冒等非处方药物。

六 加快推进老年人新冠病毒疫苗接种

各地要坚持应接尽接原则，聚焦提高60-79岁人群接种率、加快提升80岁及以上人群接种率，作出专项安排。

▶通过设立老年人绿色通道、临时接种点、流动接种车等措施，优化接种服务。

▶要逐级开展接种禁忌判定的培训，指导医务人员科学判定接种禁忌。

▶细化科普宣传，发动全社会力量参与动员老年人接种，各地可采取激励措施，调动老年人接种疫苗的积极性。

七 加强重点人群健康情况摸底及分类管理

发挥基层医疗卫生机构“网底”和家庭医生健康“守门人”的作用，摸清辖区内患有心脑血管疾病、慢阻肺、糖尿病、慢性肾病、肿瘤、免疫功能缺陷等疾病的老年人及其新冠病毒疫苗接种情况，推进实施分级分类管理。

八 保障社会正常运转和基本医疗服务

非高风险区不得限制人员流动，不得停工、停产、停业。

将医务人员、公安、交通物流、商超、保供、水电气暖等保障基本医疗服务和社会正常运转人员纳入“白名单”管理，相关人员做好个人防护、疫苗接种和健康监测，保障正常医疗服务和基本生活物资、水电气暖等供给，尽力维护正常生产工作秩序，及时解决群众提出的急难愁盼问题，切实满足疫情处置期间群众基本生活需求。

九 强化涉疫安全保障

▶严禁以各种方式封堵消防通道、单元门、小区门，确保群众看病就医、紧急避险等外出渠道通畅。

▶推动建立社区与专门医疗机构的对接机制，为独居老人、未成年人、孕产妇、残疾人、慢性病患者等提供就医便利。

▶强化对封控人员、患者和一线工作人员等的关心关爱和心理疏导。

十 进一步优化学校疫情防控工作

▶各地各校要坚决落实科学精准防控要求，没有疫情的学校要开展正常的线下教学活动，校园内超市、食堂、体育场馆、图书馆等要正常开放。

▶有疫情的学校要精准划定风险区域，风险区域外仍要保证正常的教学、生活等秩序。

权威专家回应防疫热点问题

奥密克戎病毒致病性在减弱，若居家时出现类似于感冒的症状，如何判定是否感染了新冠病毒？若感染，服用中药要注意什么？国务院联防联控机制组织权威专家——首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉、北京大学第一医院感染科主任王贵强就公众关心的问题接受采访。

问题1 若居家时出现类似于感冒的症状，如何判定是否感染了新冠病毒？感染了如何应对？

王贵强：从当前全国病例来看，感染奥密克戎毒株后以上呼吸道症状为主，重症化的比例明显降低。随着疫苗接种的普及，逐渐形成了一定程度的免疫力，病毒致病力下降。

我们强调分层诊疗和救治，一般病人可居家观察治疗，重症或有重症风险的病人需到医院进一步诊治。居家时若出现发热咳嗽等症状，可用

解热镇痛药，物理降温或者在医生的指导下吃一些中药、抗病毒药等，同时建议抗原自测。

做完抗原检测后，如果是阳性应及时上传报备，并密切监测自己的身体状态，观察是否有异常症状，如果有明显的病情变化，比如呼吸困难、气短、基础病加重等，要及时跟社区医生联系报备，必要时到医院进一步诊疗救治。

问题2 若感染新冠病毒，服用中药要注意什么？

刘清泉：从原始株到德尔塔再到奥密克戎，病毒的致病性越来越弱，而传染性强了。从中医角度看，核心病机的变化是一种风热夹湿夹毒的特征，表现出来的症状可能一是发烧，热程大概是1至2天；二是咽喉疼痛、咽干；三是乏力，有些人会在发

烧前或者发烧中出现骨节酸痛、全身酸痛等。随着3至5天的变化，这些症状会逐渐消失。

对这种风热引起的外感类疾病，治疗上一般给予病人具有疏风、清热、化湿、解毒、解表功效的这一类中成药物。

据新华社

个人囤药有必要吗 听听专家有何建议

近期，随着各地疫情波动，加之冬季流感病毒等呼吸道传染病风险增大，感冒类、防疫类药品在短期内销量有明显上涨，还出现了囤药的情况。对于个人来说，是否有必要囤药？

首都医科大学附属北京天坛医院药学部副主任杨莉表示，目前发现的新冠肺炎病毒的新增感染者中，更多的是无症状感染者。无症状感染者若在隔离医学观察期间未出现相关症状或体征，则保持适度休息、多饮水即可，不需要用药及任何其他治疗措施，按目前政策只要做好隔离，避免传染即可。专门针对新冠肺炎自行备药，特别是大量囤积特定药物的意义不大。

此外，杨莉特别提醒，既往身体健康的人群，如果出现此前没有或很少出现的病症，需要到医院诊治，或者去药店由执业药师根据病情推荐合适的药物。自行备药缺乏针对性且存在风险，药物长期不用还会过期。

业内专家表示，非理性地抢购、囤积特定药品是缺乏科学依据的。但根据特定需求，合理地以家庭为单位储备适量医疗物资还是必要的。

国家药品监督管理局曾多次发布关于配备和管理家庭药箱的科普知识：家庭药箱一般以治疗常见病、多发病、慢性病以及时令性疾病的药物为主。家庭常用药品是为了使一些小病患能得到及时治疗、尽早控制，或至少能去医院前做些临时处理。但要注意，对自己不能确诊或症状较重、变化较大的疾病，不能擅自用药。 据《经济日报》