

# 市疾控中心发布致春节返乡人员倡议书

本报讯(YMG全媒体记者 李俊玲 通讯员 王朝霞 曾颖雪)昨日,烟台市疾病预防控制中心发布致春节返乡人员倡议书:

新春佳节将至,人员跨区域流动和聚集性活动增加,新型冠状病毒感染、流行性感冒等呼吸道传染病高发,疫情传播风险急剧上升。为科学高效做好疫情防控,推进疫情平稳压峰过峰,确保您和家人平安健康欢度佳节,烟台市疾病预防控制中心发布温馨提醒:

一、进行健康监测。返乡前后以及返乡过程中,随时关注自己的健康状况,根据需要适时进行核酸检测和抗原自测,出现新冠病毒感染症状请及时就医。

二、做好返乡防护。返乡过程中乘坐飞机、火车、地铁、大巴等公共交通工具时,应规范佩戴口罩,随时注意手卫生,出入公共场所请保持安全社交距离。

三、减少聚集活动。返乡

后尽量不去人员密集、空气流通差的场所,远离有发热或咳嗽症状的人员,减少聚集性活动。红白喜事尽量简办,避免大操大办。倡导通过电话、微信问候等形式拜年。

四、养成良好习惯。戴口罩、勤洗手、常消毒,规律生活、充足睡眠。家庭要开窗通风,每日开窗通风至少2~3次,每次20~30分钟;家中人员较多或有病人、访客时,建议随时开窗通风;使用空调要注意通风换气和消毒清理。家中有居家隔离人员时,其所在房间应关闭房门,单独开窗通风。

五、保持环境卫生。日常居家要经常清洁卫生,必要时进行预防性消毒。卫生间马桶冲水前要盖马桶盖,保持存水水封,及时清理生活垃圾。

六、食物营养均衡。多吃水果蔬菜,多食用牛奶、鸡蛋等富含蛋白质的食物,增强自身免疫力,切勿暴饮暴食。

七、主动接种疫苗。无接种禁忌、符合接种条件的居民

应全程接种新冠病毒疫苗,符合条件时及时进行加强免疫。老年人和有基础疾病的慢性病患者应尽快接种、“应接尽接”。

每个人都是自己健康的第一责任人,不论您是返乡团聚,还是就地过年,请主动配合做好疫情防控,维护好个人和亲友的身体健康。最后,衷心祝愿您和家人共同度过一个健康、安全、祥和的新春佳节!



烟台毓璜顶医院莱山院区呼吸与危重症医学科姜廷枢:  
**“我们打心底里感到骄傲与自豪”**



YMG全媒体记者 刘晋  
通讯员 李成修 李凌峰 姜宗延  
摄影报道

伴随着国家出台疫情防控优化措施,医院工作重心从防控感染转到医疗救治,迎来了患者就医的高峰期。烟台毓璜顶医院也举全院之力迅速提升医疗救治能力,确保急危重症患者能够得到及时有效的救治。烟台毓璜顶医院莱山院区呼吸与危重症医学科面临患者激增和医护“减员”的双重压力,承受了前所未有的冲击。许多人带病工作,坚守岗位,肩负着巨大的工作负荷,奋力救治患者。

记者近日来到烟台毓璜顶医院莱山院区呼吸与危重症医学科病房,看到医护人员各司其职,查房、治疗、输液……紧张却有序。3年前,主动请缨“逆行”武汉抗击疫情的呼吸与危重症医学科副主任姜廷枢,这一次又冲在了守护烟台人民

健康的第一线。记者见到他时,他正操作着查房车为患者制定治疗方案,工作间隙接受了采访。

“烟台毓璜顶医院莱山院区呼吸内科编制病位35张,从疫情开始到现在,一直都是满床的状态”。在医院的统一调控下,又增设了呼吸内科二病区,该病区由呼吸内科与脊柱外科、胃肠外科等科室医生共同管理。目前,两个病区共85张床位,住院患者90人,由12名医生管理,工作负荷非常大。科室在读研究生虽然已经放假了,仍坚守工作岗位,积极地参与到医疗救治工作中。

“当前病房内病重患者人数较多,平均年龄都在70岁以上,合并基础疾病多,状态不容乐观,给医疗护理工作增加了极大的难度。最困难的还是人手不足,除病房工作外,呼吸内科还承担着门诊、会诊、支气管镜诊疗等工作。”姜廷枢说。当

下医院呼吸内科门诊量激增,他和同事申玉瑶医生除病房工作外,每周还需要看两个全天的门诊,每天门诊人次都在80次以上。

面对严峻的疫情防控形势,烟台毓璜顶医院莱山院区呼吸与危重症医学科强化了医护人员新冠肺炎疫情防控举措,最大限度减少医护人员感染数量和延缓被感染时间。被感染的医护人员,几乎没人请过病假,仅用正常的休班时间稍作休息就重新投身到工作岗位。他们带病工作,坚守岗位,奋力救治濒危的患者,最少的时候只有三四名医生来负责整个病区的白班、夜班、会诊等工作。

“在这艰难的时刻,尽管工作比较繁重,但能为此尽一份力,我们打心底里感到骄傲与自豪。”姜廷枢目光坚定地说。这时,他又被同事催促的电话声打断,转身快步投入到救治患者的战斗中去了。

## 孩子不小心“阳了”,多久才能打疫苗?

市疾控专家为您答疑释惑

本报讯(YMG全媒体记者

李俊玲 通讯员 王朝霞 曾颖雪)育儿道路千百关,随着“小阳宝”的数量逐渐增加,很多宝贝又迎来了“新一关”——孩子转阴后或者在感染期间打疫苗的时间迫在眉睫。疫苗对保护宝宝健康很重要,而宝宝阳了,本该接种的疫苗错过了接种时间怎么办?还能补接吗?“阳康”多久以后可以给宝宝打疫苗?又有哪些注意事项?昨日,烟台市疾控免疫科专家总结了家长们遇到的常见问题,为宝爸宝妈们答疑释惑。

### 宝宝“阳了”之后 多久能打常规疫苗?

对此国家并没有具体的时间要求,原则上和成人相同,建议“症状消失”或“抗原检测阴性”后再观察7~15天,等宝宝彻底康复了,再来接种疫苗。

### 宝宝“阳了” 可以推迟接种吗?

绝大多数宝宝疫苗是可以延迟接种的,但为了保证宝宝的健康安全,最好还是按时按需接种完成,“及时接种”和“安全接种”都同样重要!这段时间如果孩子有以下这些情况,建议暂缓疫苗接种:

1、有发烧的症状,不论感染的是新冠病毒还是流感病毒、普通感冒。

2、家里有新冠病毒感染者。  
3、处在严重疾病的急性期,或慢性疾病急性发作。

但应重点注意这四类疫苗不宜推迟:

#### 1. 卡介苗

新生儿出生后应在产院及时接种。如未接种,出院后,不满3个月的儿童直接补种;3月龄至3岁的儿童需做皮试,阴性者补种。4周岁及以上儿童不再补种。

#### 2. 乙肝疫苗

因特殊原因没有及时接种的新生儿,应在临床体征稳定的情况下尽快补种。乙肝表面抗原阳性母亲所生新生儿的第2、第3针乙肝疫苗应尽可能及时接种。

#### 3. 狂犬病疫苗

在不适用于直接观察的情况下,明确Ⅱ级、Ⅲ级暴露的犬伤者,应该立即前往犬伤处置门诊进行规范的伤口处置和狂犬病疫苗接种,不宜延迟。已开始接种狂犬病疫苗者,建议按原计划完

成接种。

#### 4. 破伤风疫苗

明确存在感染风险的高危人群,应及时接种破伤风疫苗,并视情况接种破伤风被动免疫制剂。

### 错过接种可以补接吗?

除了五价轮状疫苗首剂要求时间比较严格(6~12周龄),宝宝接种的各种常规疫苗通常是允许延迟接种的,家长也可以和预检医生再次咨询确认。此外,宝宝新冠患病期间,家中成人也在陆续发病,所以最好等家庭成员全部转阴后进行接种,避免增加交叉感染的风险。

### 推迟接种 会不会影响接种效果?

每种疫苗的接种程序是经过临床实验,确定接种几针,每针间隔的时间。这个时间是前后两针间隔的最短时间,疫苗接种的原则是“可以推迟,但不能提前”。推迟接种只是推迟了疫苗产生保护作用抗体出现的时间,待完成补种后,疫苗最终的效果不会有影响。

### 接种疫苗前应注意的问题?

1、提前和疫苗接种门诊联系,确认可接种的时间,以免跑空。

2、大人和孩子都要佩戴好口罩,1岁以下不适合戴口罩的宝宝尽量避开与人面对面停留的机会。

3、带上手部清洁和消毒产品,如果大人和孩子的手触碰过公共设施后可以及时清洁。

### 接种完疫苗 回家后有什么注意事项?

1、疫情期间注意做好防护,尽量少出门,不要着凉,接种当天不洗澡。

2、密切关注受种儿童的身体状况,如出现可疑症状(包括发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、乏力、恶心呕吐、腹泻、结膜炎、肌肉酸痛等),可自测抗原或进行核酸检测,排除新冠感染。

3、个别儿童接种疫苗后,会出现一些疫苗不良反应,局部疼痛、红肿,有的还出现发热等,一般不用特别处理,可以多喝水、多休息,2~3天可自行缓解。

4、如有其他不能缓解的不适,建议及时到医院就诊。

