

新华社利雅得12月10日电 当地时间12月10日上午，国家主席习近平在结束出席中国-阿拉伯国家峰会、中国-海湾阿拉伯国家合作委员会峰会并对沙特进行国事访问后启程回国。

中共中央政治局常委、中央办公厅主任丁薛祥，中共中央政治局委员、国务委员王毅，中共中央政治局委员、全国政协副主席何立峰等陪同人员同机返回。

离开利雅得时，沙特利雅得省省长费萨尔亲王、外交大臣费萨尔亲王、中国事务大臣鲁梅延等王室重要成员和政府高级官员到机场送行。

2022年12月11日
星期日

11 星期日

20°C
12°C

众志成城 同心抗疫

发热是否上医院？感染新冠怎么办？有必要囤积药物？还要不要戴口罩？是否能够复学复课？……

钟南山解答防疫新阶段热点问题

春运来了怎么做好个人防护？发热是否要上医院？感染新冠怎么办？有必要囤积药物？还要不要戴口罩？……12月9日，钟南山院士就防疫新阶段群众关心的七大热点问题一一解答。



12月9日，钟南山院士答记者问 羊城晚报记者 周巍 摄

- 我建议准备春节回家的人要接种疫苗，就算得了新冠也不会很重。
- 奥密克戎的表型可以说是“新冠上呼吸道感染”，这一点非常明确。
- 一般来说，绝大多数人若确诊（奥密克戎）新冠，会在7至10天康复。
- 口罩能够至少减少60%的感染风险，特别是N95口罩。

焦点一： 春运即将来临，该如何防护？

临近春运，不少群众返乡过年。在人群密集的路途中、走亲访友时，如何做好个人防护？钟南山认为，当务之急是加速新冠疫苗加强针接种。他说，我国已有大量人群接种了新冠疫苗，加强免疫接种是防疫新阶段最好的保护办法。

“2023年春节还采用就地过年办法的可能性很小，但仍然要加强准备工作。我建议准备回家的人要加强疫苗接种，就算得了新冠也不会很重。”钟南山说。

“打了加强针以后，一般两周就起效了。这样对春运期间百姓回家大量人群迁移时，防止大规模传播有很大的好处。在全国加强疫苗接种刻不容缓。”钟南山建议，特别是老年人、有基础疾病的人群，接种了疫苗更让人放心。“如果已经接种了两针灭活疫苗，需要再加上另外一针作为加强。”

焦点二： 奥密克戎到底有多强的传染性、毒性？

为什么近期病例数增多，可能一不小心就“阳”了？钟南山解释，奥密克戎作为一种新冠病毒变异株，与之前的野生株、阿尔法、贝塔、德尔塔等毒株相比，是一个单独进化出来的家族，其发展、演变、变异较快。新冠病毒跟人体细胞结合的区域叫做受体结合区域，奥密克戎这部分蛋白中的氨基酸，其中有96%的点已发生了变异，换言之，已变得差不多快饱和了。

“奥密克戎的变异带来了对人体的免疫逃逸现象，所以传染性很强，最新的毒株R0系数可以达到22，也就是一个人可以传22个人。目前中国主要流行的BA.4、BA.5和BF.7等传播很快，这种情况下，再强的防控也很难完全切断其传播链。”钟南山说。

除了传染性，奥密克戎的致病性也受到人们关注。钟南山说，奥密克戎的致病性已经大大减低，近期致死率已降低至0.1%左右，跟流感差不多。

焦点三： 感染了奥密克戎后，多久能康复？

钟南山说，新冠既然已经主要不侵犯肺，都在上呼吸道，大多数情况下不会导致人的死亡。钟南山说，从世界上和国内绝大多数患者来看，感染奥密克戎后大概一周就可以康复，症状一般第1至3天最厉害，第四、五天核酸检测结果常转为阴性，那就是康复了。一般来说，绝大多数人若确诊（奥密克戎）新冠，会在7至10天康复。

焦点四： 感觉发热了怎么办？

最近，一些城市出现了发热门诊排长龙的现象，医疗体系是否可以应对可能出现的感染高峰？“发热是奥密克戎或者是新冠的一个重要的表现，但此时也处于冬季流感高发期，有时候发热要注意是否患有流感。有少数人可能是双重感染。”钟南山表示。

钟南山说，发热的患者一般要注意第一天和第二天，如果一两天还没有退烧，可以在家做新冠抗原检测，如果是阴性，还可以等一等。如果新冠抗原阳性，但又没有什么其他感觉，可以先不需要去医院，居家就行。“要看持续的情况和自己的感觉，奥密克戎的发热一般是2到3天，很少持续，流感也是这样。如果持续时间较长，应该去医院做进一步检查。”钟南山说。

焦点五： 假如感染新冠，需要去医院吗？

钟南山认为，这要根据情况，“如果原来有比较严重的的基础病，又感染了新冠，这很容易造成基础病的加重。这样的情况要密切地跟医院和医务人员联系，一旦有什么变化是要到医院的。”

但是对于大多数人来说，不需要去医院，可以在家。但是在家里并不意味着放任不管。钟南山认为，起码有五条要注意：第一，自己注意戴N95口罩，尽量减少感染家人。第二，要经常带着抗原试剂，隔一天、隔两天测试，如果数天高热不退，就应该去医院检查了。要是没有症状，过几天呈阴性了，就不用管了。

焦点六： 还有必要戴口罩、囤积药物吗？

钟南山表示，针对新冠病毒的变化，要更加注意个人防护。“我也发现，近期群众在这方面做得更好了，这是好事。”钟南山说，口罩能够至少减少60%的感染风险，特别是N95口罩。

近期，不少人害怕被感染而囤积药物。钟南山说，他不认为应该囤药，因为奥密克戎感染者绝大部分可以自己好转，囤药没有太大的必要，而且容易引起恐慌。

焦点七： 对复学复课有哪些建议？

“新十条”出台后，不少家长关心孩子是否能够复学复课。钟南山建议，从学校和孩子个人防护来说，要充分鼓励孩子接受全程疫苗接种，这是最核心的问题。有了全程疫苗的接种，复课更安心。此外，可以做抗原检查，抗原检查是比较准确的。比如复学以后，一旦有孩子测试发现阳性，可以立刻回家隔离，周围的孩子再做检测，如果没有问题，可以继续上课，应该走这条路。“各省各市各学校都有自己的情况和规定，对此不能做一概判断，但是应该走这个方向。”

国务院联防联控机制专家回应防疫热点问题

儿童发热咳嗽怎么办？ 用药应注意什么？

当前，本土疫情多点散发，同时，秋冬季儿童呼吸道感染的高发季节。如果儿童出现发烧、咳嗽等症状应该怎么做？用药时有哪些注意事项？国务院联防联控机制组织专家进行解答。

“引起儿童呼吸道感染的病原体非常多，比如常见的鼻病毒、副流感病毒、流感病毒，当前一定程度上流行的新冠病毒，还有肺炎链球菌、流感嗜血杆菌等。”首都医科大学附属北京儿童医院急诊科主任王荃说，绝大多数病原体引起的呼吸道感染，以发热咳嗽为主要表现，一般情况下病程大概持续2至3天左右，病程大概是3至5天左右。

“有的家长觉得，孩子发烧应该立马去医院，其实不必要。”王荃说，如果孩子发烧，但是精神状态还可以，尤其是当体温退下来之后，就和平时状态一样好，这时候不必着急去医院，可以在家进行对症处理，也可以通过互联网诊疗、社区医院等其他途径，得到一些专业的指导。

王荃介绍，孩子发热可以给予对症的治疗，家里可以常备一些退烧药，比如常见的布洛芬、对乙酰氨基酚。如果是6个月以上的孩子，可以二者择其一；如果是6个月以下的

孩子，只能选择对乙酰氨基酚；2个月以下的孩子不能服用退烧药。

王荃说，3个月以下的婴儿一旦出现发烧症状，应尽早到医院就诊。此外，任何年龄段的孩子，如果发热超过3天，或持续高热，或精神状态差，或出现呼吸增快甚至呼吸困难、频繁呕吐、腹泻、脱水等情况，都建议家长立即带孩子去医院就诊。

王荃表示，不建议家长交替使用两种退烧药，更不能同时使用。交替使用并不会实现更好的退热效果，同时使用则可能增加孩子肝肾负担，造成脏器的损害。“无论是新冠病毒还是流感等，中医对其认识都是外感病。”首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉说，在中成药的选择上，如果孩子体温不超过38.5摄氏度，目前在冬春季一般以风热感冒为主，可以选择治疗风热感冒或者有辛凉解表功效的中成药。

“中药的退烧效果不会那么快，千万不能吃完一种中药，一两个小时没退烧，再吃第二种、第三种中药。如果高热超过38.5摄氏度，仍应该使用西药退烧药，中西医结合治疗的疗效会更好，退热快不易反复。”刘清泉说。

抗原多久能测出来？ 抗原“阳”了怎么办？

1.问：感染奥密克戎后，抗原多久能测出来？

答：抗原检测的速度更快，操作更便捷。但一般要等到病毒复制到较高水平、感染者排毒量较高时，抗原才可以检测出来。

在初期，即使感染者出现一些轻微症状，由于病毒载量低，抗原检测未必显示阳性。根据奥密克戎的潜伏期估算，一般感染后2至3天可以检测出来。部分感染者尤其是无症状感染者，由于病毒载量持续较低等原因，可能要5天甚至更长时间后才能检测出来。

2.问：抗原检测显示阴性，是不是就意味着没感染？

答：如果病毒在体内还没有大量复制、排出，不能达到抗原检测的灵敏度，结果就会显示阴性。所以会有部分人已经被感染了，甚至出现一些轻微症状，但抗原检测仍显示阴性。不过，通常此时的病毒载量较低，传染性较弱。

抗原检测无需“一天两检”“一天三检”。如有必要，一天

测一次即可。

3.问：为什么有人抗原阳性，核酸却是阴性？

答：两种检测方式的灵敏度不同，加上采样操作不一定标准，可能出现“假阳性”或“假阴性”的结果。通常来说，核酸检测的准确率更高。

如居家治疗人员症状明显好转或无明显症状，自测抗原阴性并且连续两次核酸检测阴性（Ct值≥35，两次检测间隔大于24小时），可结束居家治疗，恢复正常生活和外出。

4.问：抗原检测阳性怎么办？

答：抗原检测如果是阳性，没有症状或症状轻微时，居家隔离治疗，按照居家隔离治疗人员用药指引，选择适宜的药物治疗。症状加重时，及时前往医疗卫生机构发热门诊（诊室）就诊。

老年人如果抗原检测阳性，还应在医务人员指导下选择药物。症状加重时，及时前往三级医院就诊。

此外，抗原检测如果阳性，按照要求向基层医疗卫生机构报告结果。

羊城晚报记者 张华 薛仁政 刘欣宇、新华社

广州 高二高三明日复课 线下教学如何防“阳”？

相关报道见A3

聚焦省委十三届二次全会

突出制造业当家，为新起点上广东制造业发展提供强劲政策驱动力

培育若干世界级先进制造业集群 挺起广东现代化建设的产业“脊梁”

《广州市人口与计划生育服务规定》审议通过 三孩家庭公租房优先保障

详见A2

《阿凡达2》

预售4天 票房破亿

广州影院用“实惠价”迎观众



详见A5



摩洛哥淘汰葡萄牙

北京时间12月11日凌晨，2022卡塔尔世界杯1/4决赛，葡萄牙对阵摩洛哥。经过90分钟激战，摩洛哥1-0险胜葡萄牙，成为历史上首支杀入半决赛的非洲球队。

责编/胡军 美编/丘淑斐 校对/林霄