

感冒类消炎类药物销售火爆

专家提醒：囤药大可不必

12月7日，国务院应对新型冠状病毒肺炎疫情联防联控机制综合组发布《关于进一步优化落实新冠肺炎疫情防控措施的通知》，提出要保障群众基本购药需求。近日，重庆各药店销售情况如何？如何保障市民购药需求？记者实地走访了中心城区一些药店。

市民购药需求明显增加，连花清瘟“抢手”

7日上午，位于渝北区的万和医药连锁桂馥大道店内，五六十位市民正围着店门口的咨询台，准备买药。得知该店有连花清瘟胶囊，63岁的唐女士松了一口气：“我跑了三家药店了，终于买到了。”

记者在现场看到，由于周边小区多，前来咨询和购买药品的市民络绎不绝。药店工作人员告诉记者，这两天市民购药需求明显增加，主要购买治疗感冒、咳嗽、发烧的药品，此外，酒精、维生素C、抗原试剂盒的销量也增加了许多。“今天刚到一批连花清瘟胶囊，还来不及入库，就卖了一大半。”该工作人员说。

随后，记者又来到附近的和平药房和鑫斛大药房，其工作人员纷纷表示，连花清瘟已经卖完了，正在补货中。

网上购药订单增多，药品供应充足

“有新订单，请及时查看。”位于沙坪坝区西双大道的鑫斛大药房，线上下单系统发出语音提示，工作人员立马对照订单分拣药品，几分钟后，外卖小哥进来取走了药。

在该药店外，还站着三四位快递小哥，正在等待送货，一位快递员指着手机中的订单说：“这两天买药的单特别多，以前这家店一天也就3、4单，今天一天已经30多单了。”

网上订单明显增多的还有万和药房、万家燕大药房，据万和医药集团副总经理段方程介绍，针对近期市民购药需求的增加，公司对门店增加了库房配送频次，感冒、退烧、止咳类热销品的配送数量约是平时的三倍，目前相关药品备货充足，市民无需抢购。

记者在美团买药、天猫好药、京东大药房等线上买药平台看到，除了连花清瘟胶囊无法购买外，布洛芬、美林、康康、抗病毒冲剂、蒲地兰口服液等药品供应充足。

专家：囤药大可不必

究竟要不要囤药？在12月4日举行的重庆市第158场新冠肺炎疫情防控工作新闻发布会上，重庆医科大学附属第一医院重症医学科主任、主任医师周发春认为，囤药大可不必。

他说，日常感冒大家都有过体会，有的有呼吸道症状，有的还伴随消化道症状等；而无论西药还是中成药，都需要对症下药。他建议市民可以考虑备点布洛芬、泰诺、藿香正气液等相应的药物就行了，大可不必去囤药。

周发春提醒，重庆这几天降温明显，冬季是呼吸道疾病的高发季节，如果身体有不适，特别是发高烧，一定要马上去医院发热门诊看病。

市药监局有关负责人介绍，目前已要求各药品连锁企业加大配货力量，指导零售药店做好疫情防控用药品、医疗器械以及其他常规药品采购、储备；督促零售药店强化药品质量管理和规范采购渠道、加强药学服务，切实满足群众用药需求。此外，该负责人提醒，每种药品都有保质期，请市民按需购买。

（来源：《重庆日报》）

编者按：

12月7日，重庆市政府新闻办举行第160场重庆市新冠肺炎疫情防控工作新闻发布会，介绍有关情况并回答媒体记者和直播间网友提问。

不折不扣落实“新十条”，“入渝四即”等措施不再执行

发布会·回应关切

重庆电视台记者：关于风险区域划定和管理，重庆在落实新十条的政策方面，有没有一些新措施？

李畔介绍，前段时间，重庆在本轮疫情处置当中，对高风险区按照二十条的要求快划快解，对有阳性的情况出现以后快速流调，根据疫情传播风险的情况来划定高风险区。

11月份，高风险区最多的时候达到3700多个，这段时间快划快解，符合条件的也就是连续5天没有新增感染者的情况下就解除高风险区，到现在只有116个，整个高风险区的攻坚行动也取得了非常好的成效。

新的十条措施出来以后，对科学精准划分高风险区域和落实高风险区的快划快解也有了一个非常清楚的表述，以前原则上是以楼栋、单元来划高风险区，而新十条进一步明确了可以按照楼栋单元、楼层甚至是住户来划定高风险区，当然前提是根据流行病学调查的情况，综合研判疫情传播风险的基础上来进行划定，并且对连续5天没有新增感染者的高风险区要及时解封。

“有人提到为什么他的核酸检测是阳性，为什么没有进行治疗隔离？”李畔表示，因为按照阳性和阴性的判定有一个Ct值，对连续2次间隔24小时以上的核酸检测结果大于等于35的就判定为阴

性，这一点特别给大家作个说明。

视界网记者：重庆将如何进一步优化核酸检测部署？

李畔介绍，核酸检测是一个非常重要的手段，是既往处置疫情当中非常重要的一个环。

按照二十条的相关要求，已经向社发布公告，在疫情处置的时候一般不按行政区开展全员核酸检测，新十条出来以后，对核酸检测的范围、频次又作了进一步明确，就是要求进一步科学精准地来实施核酸检测，来处置疫情，对核酸检测的范围和频次都做了一些新的要求和规定，对高风险区也明确规定核酸检测和抗原检测可以合并进行。

对高风险岗位和重点人员按需要开展核酸检测，这里面有了明确的范围，那么就是对养老院、对福利院、对医疗机构、托幼机构、中小学等特殊场所，这些之外的都不再主动开展核酸检测，包括商圈、商场、超市、药店、影剧院、博物馆、图书馆，这些公共场所都不要查验核酸检测的阴性证明。

并且通知当中也对省际之间的流通，跨区跨省市的流通不再核验48小时核酸阴性证明，来渝返渝、离开重庆，乘坐飞机、高铁、火车都不再要求提供核酸阴性证明。与此同时，“入渝四即”这项规定不再执行。

为了满足人民群众的需求，各区也会继续保留一部分便民核酸检测点，如

果市民有这个需求也可以合理安排时间开展核酸检测，不过也提醒各位市民，如果没有必要就不要去做，如果有症状、有发热、咳嗽等症状及时就医、就诊，在医院医生会根据你的情况判断是否有必要进行核酸检测。

重庆日报记者：下一步重庆市会不

会对隔离方式进行调整？

李畔介绍，实际上目前一些不适合入院的特殊人群，也实行居家。

“新十条”出来以后，就有明确的上位政策，上位政策基于一些考虑，就是当前奥密克戎变异毒株致病性明显减弱，经国家相关机构组织专家论证，通过临床观察，感染后大多是无症状感染者和轻型病例，无需特殊的治疗，具备居家隔离条件的无症状感染者和轻型病例可以居家隔离，同时加强健康监测。

根据这种情况，市里也组织专家起草了一个居家健康监测的指引，哪些情况要注意、要注意哪些措施，同时社区如何来加强服务，都提出了相应的要求。在病情加重的时候就会转至定点医院进行治疗。

当然，如果确实不具备居家隔离条件的，也可以安排到集中隔离进行收治。

再补充一点，对核酸检测还有一类人员，按照二十条的要求，包括十条当中也明确的就是对高风险岗位、高风险区的人员要进行核酸检测，高风险岗位主要是国家有关文件当中明确到的，

与入境的物品、人员、环境直接接触的人员，集中隔离场所的人员以及定点医院、普通医院发热门诊的医务人员，以及快递、外卖、商场超市当中的从业人员，这些人员要按照国家的规定和频次进行核酸检测，这样也便于及早发现一些感染者，采取对应的疫情处置措施和健康管理措施。

网友提问：工厂如何闭环管理？学校复课如何安排？

马然希介绍，“新十条”今天印发以后，市疫情防控指挥部迅速做了研究和贯彻，市疫情防控指挥部综合办印发了《关于进一步优化落实新冠肺炎疫情防控措施有关工作的通知》（以下简称《通知》），提出各区县、各部门、各单位要根据疫情防控形势和任务，对《通知》明确的防控措施进一步细化抓好落实。

关于大型企业的管理，“新十条”也明确大型企业及一些特定场所可由属地自行确定防控措施。

企业和企业所在的属地会迅速研究相关对策，采取进一步的落实“新十条”的措施。

关于学校的问题，“新十条”明确因为学校是人员密集场所，最大限度保障师生健康，最大程度维护正常教育教学秩序是当前学校疫情防控的重要任务。关于恢复线下教学的问题，相关方面也会很快研究出台具体做法。

（来源：重庆发布）

慢跑等）、力量锻炼，坚持药物治疗。

一些糖尿病患者担心感染奥密克戎，有焦虑情绪，有何建议？

郭立新：有学者做了相关研究发现，糖尿病患者的焦虑情绪会影响血糖控制、增加血糖波动。对于糖尿病患者来说，应注意避免焦虑尤其是长时间的焦虑。

一旦出现焦虑等负性情绪，人体内的糖皮质激素、甲状腺激素、儿茶酚胺激素等激素都会增加分泌，这些是拮抗胰岛素作用的激素，激素水平的紊乱容易加剧体内血糖异常。同时，焦虑还可能导致睡眠结构和节律的紊乱，这也容易加重血糖紊乱。因此对于糖尿病患者来说，特别要注意保持平和心态，避免焦虑等负性情绪，控制好血糖，而良好的血糖控制可以降低感染的风险。

（来源：重庆发布）

心血管病、糖尿病患者如何做好健康防护？

冬季气温低，又有疫情风险，心血管病、糖尿病患者该如何做好健康防护？

国务院联防联控机制北京安贞医院常务副院长、北京市心肺血管疾病研究所所长周玉杰和北京医院国家老年医学中心内分泌科主任郭立新作出专业解答。

心血管病患者如何做好防护？

周玉杰：冬季气温低，又有疫情风险，有心脏病、高血压等心脑血管疾病的人群要注意防护，坚持正常服药，但不必焦虑。

从目前临床情况看，除了发烧对部

分心脏病患者救治有一定影响，其他心血管病患者感染奥密克戎后的治疗手段没有太大变化。

防病胜于治病。劳累、激动、饱餐、寒冷、恐惧等因素，都可能增加心脑血管疾病的发病率。日常保持良好心态，合理膳食，戒烟限酒，适量运动，可以更平稳地保持健康。

有人担心，新冠治疗药物与一些降压药相互影响。有必要停用降压药？

周玉杰：从目前国内的临床经验看，常用降压药跟新冠治疗药物的作用点没有太大的关系。对于高血压患者，如

无特殊情况，需长期服用降压药，不应随意停药。

一些老患者如果出现血压升高等情况，可以服用常备的一些快速降压药，往往血压就能回到较安全的范围。

糖尿病患者如何做好防护？

郭立新：血糖控制不太好的糖尿病患者，免疫力偏低，但如果把血糖以及各项代谢指标控制良好，抵抗力就会明显增强，感染风险也会明显下降。

控制好血糖，让血糖总体水平平稳，并且减少血糖波动，这就要求健康饮食、适度增加营养，适当运动，包括有氧运动（快走、

感染奥密克戎怎么办？这份应急指南请收好

近日，全国多地优化调整疫情防控措施。对个人来讲，除了做好日常防护，还要做到有备无患。感染奥密克戎怎么办？这份应急指南你不一定用得上，但关键时刻却很有用。

感染后有什么表现？

- 绝大多数表现在上呼吸道感染症状
- 局部症状为主，包括发烧、咽痛、干咳
- 部分病人有头痛和全身关节酸痛症状
- 也有一部分病人表现在胃肠道症状，无食欲或腹泻
- 这一波疫情中，90%以上为无症状和轻型表现，很少肺炎或重症肺炎

抗原自测阳性怎么办？

- 不要恐慌，若长期居家且无症状，可再做一个抗原复测
- 密切监测自己的各种表现，包括体温、呼吸等
- 如有家人同住，有条件应待在独立的房间自我隔离
- 要特别关注基础病，若加重需要及时报备并到医院就诊

多长时间能转阴？

- 经过对症治疗后，大多数能够在24小时至36小时内缓解症状
- 无症状感染者、轻型或者普通型患者，康复以后核酸转阴也非常快
- 一般为5到7天
- 部分病人为11天

阳性患者能否居家隔离？

- 各地防疫措施有所差异，请遵守当地防疫政策
- 目前部分地区出现特殊人群如老人、孕妇感染后，经研判符合条件的，允许居家隔离
- 有专家建议实行分层救治，一般患者可在家观察治疗，把有限的医疗资源留给重症高风险人群
- 阳性患者居家隔离需要通过专业人员评估社区环境、家庭通风下水条件等，确保周围居民安全
- 阳性患者居家隔离时，注意健康监测，补充水分，保证饮食、休息、通风等
- 如有同住人应尽量做到单独隔离，同住人应做好防护，给患者送东西要戴口罩

日常家中如何备药？

- 家里可以适当储备一些解热镇痛的日常药物，但没有必要去抢购、囤积
- 有孩子的家庭可备一些适合儿童服用的退烧药等
- 患有基础疾病的人日常一定要规律用药，控制好病情，家中可储备一个月左右的基础病用药
- 按需适当储备抗原检测试剂

什么情况要及时去医院？

- 感染三天后还没退烧
- 咳嗽严重导致胸痛，特别是老年人在咳嗽症状总不见好、一般止咳药无效时
- 胸闷喘气症状非常严重
- 重症高风险人群出现持续高烧不退、呼吸困难等情况
- 60岁以上特别是80岁以上的老年人
- 有基础性疾病的患者
- 没有接种疫苗的人群

（来源：《人民日报》）