



国家疾控局：规范佩戴口罩预防呼吸道传染 四类情形或场景应佩戴口罩

据新华社电 科学佩戴口罩是呼吸道传染病防控的有效措施。如何科学佩戴口罩预防呼吸道传染病？日前，国家疾控局制定印发《预防呼吸道传染病公众佩戴口罩指引（2023年版）》，指导公众科学规范佩戴口罩，防控多种呼吸道传染病传播，有效保护公众健康。

冬季来临，各类呼吸道疾病进入高发期。根据指引，呼吸道传染病的常见病原有新冠病毒、流感病毒、肺炎支原体、呼吸道合胞病毒等，主要通过呼吸道飞沫、吸入带有病原体的气溶胶或密切接触等途径传播。

指引包括哪些情形或场景应佩戴口罩、哪些情形或场景建议不佩戴口罩、如何选择佩戴合适类型的口罩。（详见右图）

本报提醒：

当孩子生病时，请家长遵医嘱配合治疗
让孩子多休息，为下一阶段拼搏蓄能量

案例

初一女孩须入院治疗 妈妈希望“吃点药回去上课”

“很多家长，尤其是妈妈们把孩子的学习看得太重了，哪怕孩子肺炎严重到必须住院，也不舍得请假。”宁波大学附属第一医院儿科主任李志飞叹了口气。

李志飞说，前天她接诊了初一女孩小云。小云一周前开始低烧，体温始终在38℃左右，确诊为支原体感染。小云妈妈买了阿奇霉素，让小云吃了三天，但小云的体温仍在38℃左右，咳嗽一天比一天严重，老师也建议小云去医院看看。

小云被确诊为支原体肺炎，肺部感染很严重，李志飞建议住院治疗。小云妈妈却说：“医生，住院会耽误很多功课，我们再回去吃两天阿奇霉素看看吧，可能再吃两天就好了。”

最后，小云爸爸在电话那头决定，听医生的建议，住院治疗。

肺炎出院第二天就上学 几天后再次高烧、肺炎

让李志飞和同事心疼的是，一些孩子由于带病上课或出院后休息不够，导致病情反复、加重或者出现混合感染。

10岁的小凯（化名）11月底因支原体重症肺炎住院治疗。住院期间，家长几乎每天都问医生：“什么时候能出院？孩子功课落下了许多。”

治疗10天后，小凯带药出院，医生再三叮嘱：“回去至少休息一周，不要去上学。一周后再来做个肺功能评估，再决定什么时候返校。”

小凯回家后，父母看着他虽然脸色差些，也还有咳嗽，但多天不发烧了，第二天就送他回学校上学。不料，没两天，小凯又高烧至39℃。

李志飞说：“小凯这次查出了甲流。肺部感染又开始了，目前还不能确定是甲流导致的肺炎，还是其他感染导致的肺炎，要进一步分析。”

据宁波晚报

应佩戴口罩的情形或场景

1. 新冠病毒感染、流感、肺炎支原体感染、呼吸道合胞病毒感染等呼吸道传染病感染者前往室内公共场所或与他人近距离接触（距离小于1米，下同）时。
2. 出现发热、咳嗽、流涕、咽痛、肌肉酸痛、乏力等呼吸道传染病症状者前往室内公共场所或与他人近距离接触时。
3. 前往医疗机构就诊、陪诊、陪护、探视时。
4. 呼吸道传染病高发期间，外来人员进入养老机构、社会福利机构、托幼机构等脆弱人群集中场所时。
5. 呼吸道传染病高发期间，养老机构、社会福利机构、托幼机构、学校等重点机构的医护、餐饮、保洁、保安等公共服务人员工作期间。

建议佩戴口罩的情形或场景

1. 呼吸道传染病高发期间，乘坐飞机、火车、长途车、轮船、地铁、公交车等公共交通工具时。
2. 呼吸道传染病高发期间，进入超市、影剧院、客运车站、厢式电梯等环境密闭、人员密集场所时。
3. 呼吸道传染病高发期间，老年人、慢性基础疾病患者、孕妇等前往室内公共场所时。
4. 与出现呼吸道传染病症状者共同学习、生活或工作期间。

建议不佩戴口罩的常见情形或场景

1. 进行体育锻炼时。
2. 处于露天广场、公园等室外场所时。
3. 3岁及以下婴幼儿。

口罩选择

1. 呼吸道传染病患者或呼吸道传染病症状者建议佩戴N95或KN95等颗粒物防护口罩（无呼吸阀）或医用防护口罩，其他人员建议佩戴一次性使用医用口罩或医用外科口罩。
2. 儿童呼吸道传染病患者或呼吸道传染病症状者建议选用儿童防护口罩，其他儿童建议选用儿童卫生口罩。
3. 口罩产品应符合相关国家标准或行业标准。

（上接01版）

5 出现感冒症状痊愈后 还建议接种流感疫苗

国家疾控局卫生免疫司司长夏刚介绍，如果已经出现过流感样症状，在没有确诊、自行痊愈后，这种情况建议继续接种流感疫苗。

主要原因有两个方面：一是呼吸道感染的症状不具有特异性，多种病原感染可能都会出现发热、头疼等流感样症状。但出现这样的症状并不一定感染了流感病毒，也可能感染了其他病原体，最常见就是得了普通感冒。

二是流感病毒有多个型别（除了甲型外，还有乙型）和亚型（甲型有H1N1亚型、H3N2亚型）可以引起流行，感染某个型别或亚型后，还会有患上其他型别或亚型流感的风险。而流感疫苗是覆盖多个不同型别和亚型的多价疫苗，通常用的是三价和四价疫苗。

所以，即使近期出现过感冒症状，痊愈后还建议尽快接种流感疫苗，尤其是老年人等重点人群，接种流感疫苗可减少感染，降低患重症和死亡的风险。

6 流感不是普通感冒 可能会出现肺炎等并发症

彭质斌介绍，人们对疾病的危害性、疫苗安全性和有效性的认识均影响疫苗接种的意愿。彭质斌回应了三个问题：

首先，关于流感的危害性。流感并不是普通感冒，是由流感病毒导致的急性呼吸道传染病，人群对流感病毒普遍易感，婴幼儿、老年人和慢性病患者等高风险人群感染流感后危害更为严重，可能会出现肺炎等严重并发症。

其次，关于流感疫苗的有效性。科学研究和接种实践充分证明，接种流感疫苗是有效的。以感染流感后容易出现重症的高风险人群老年人来说，接种流感疫苗可有效降低老年人群的流感发病，以及流感相关并发症发生率。曾有研究者在对全球95项流感疫苗保护效果相关的研究进行了综合分析，结果显示，在流感季节，老年人接种流感疫苗后，流感样症状可减少39%，确诊流感可减少49%，流感相关并发症可减少28%。

以另一个重点人群儿童青少年为例，流感疫苗接种能够有效减少学龄儿童流感的发生，还可减少由于罹患流感导致的缺勤缺课。北京市开展的研究显示，对在校中小学生流感疫苗的大规模集中接种，可使流感集中发热疫情的发生风险降低50%—89%。深圳市开展的研究显示，流感疫苗高接种率可有效降低缺课的发生风险，对缺课的预防效果为53%。

第三，关于疫苗的安全性。流感疫苗在全球、我国已经使用数十年，是一种成熟的疫苗，具有良好的安全性。

7 重点人群还建议 接种这些疫苗

夏刚表示，今冬明春，除了接种流感疫苗外，对于老年人和有慢性基础性疾病的人群而言，还建议接种肺炎球菌疫苗、新冠病毒疫苗；

对于儿童而言，建议在继续做好免疫规划疫苗接种的基础上，还可以接种肺炎球菌疫苗、b型流感嗜血杆菌结合疫苗等非免疫规划疫苗。

无论是免疫规划疫苗还是非免疫规划疫苗，在接种过程中均要严格遵照预防接种规范的要求。

据央视新闻客户端

ICBC 工银金行家

有福「器」大师作
同福共饮 大师十二生肖龙珠壶



非遗技艺 百年传承
辰龙献礼 福传万家



同福共饮大师壶

单壶 | 材质规格：Ag999 45g

售价：1600元/套

套装 | 材质规格：Ag999 共66g

（纳福龙珠壶45g、接福福山叉18g、承福寿海盘3g）

售价：2396元/套

*画面内容除主品外，茶杯、茶炉、木架等仅做展示效果示意
图片仅供参考 请以实物为准