

县疾控中心召开“不忘初心‘疫’担当 牢记使命‘佑’人民”主题座谈会



本报讯 12月31日,根据中央、省委、市委和县委的安排部署,为了更好的推动党的十九届五中全会精神往心里走、往深里走、往实里走。我县疾控中心召开“不忘初心‘疫’担当,牢记使命‘佑’人民”主题座谈会,回顾总结2020年各项工作,统筹安排2021年工作,旨在用全会精神更好的武装头脑、指导实践、推动工作。

中心主任齐医变在讲话中要求全体党员干部职工:

一、深刻把握精神要义,推动五中全会精神入脑入心。要立足涑县疾控工作实际,原原本本学、逐字逐句悟,吃透精神实质、把握核心要义,做到学思用贯通、知信行统一,推动全会精神入脑入心、走深走实。要从增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,充分认识全会的重大意义,增强贯彻落实的思想自觉、政治自觉和行动自觉。

二、开诚布公畅所欲言,为疾控事业发展献上“金点子”。要围绕五中全会精神,都能开

诚布公畅所欲言,结合自己工作中所感所悟所思,不做局外人,为咱们涑县疾控事业的长远发展献上“金点子”。

三、强化能力素质提升,慎终如始做好常态化疫情防控。要深入贯彻落实习近平总书记重要讲话精神和党中央决策部署,在常态化疫情防控前提下,勇当先锋,敢打头阵,守土有责、守土担责、守土尽责,以必胜信念坚定信心、聚民心,真正成为防疫情、护发展的“主心骨”;要加强常规性的应急演练和培训,能够在预防、预警、响应和恢复的应急管理各阶段管理有方;要未雨绸缪地做好应急规划和物资储备,能够充满韧性地抵御危机;要更好地利用大数据等信息技术,加强跨地区、跨层级和跨部门的信息共享和业务协同能力;要始终保持对疫情的警惕性不降低、防控要求不降低,坚持“外防输入、内防反弹”,切实负起责任,慎终如始、善作善成,奋力夺取疫情防控和社会发展的双胜利。

这几类场所和人群必须戴好口罩

一、科学佩戴口罩

1、要随身携带口罩,从事冷链、快递外卖、出租车(网约车)、公共交通、医疗卫生等重点行业从业人员必须佩戴口罩。

2、前往医院就诊、住院人员、陪护探视人员必须佩戴口罩。

3、有发热或患呼吸道感染疾病的患者,接触其他人员以及外出时必须佩戴口罩。

4、在与其他人1米内近距离接触、乘坐公共交通工具、电梯等人员密集封闭拥挤场所,应佩戴口罩。年老及体弱者、有慢性疾病患者外出时,建议佩戴口罩。

二、正确佩戴口罩

1、佩戴口罩前应洗手保持手卫生。
2、分清口罩的正、反面,保持深色面朝外,金属条鼻夹在上。
3、先将耳挂挂于双耳,再上下拉开褶皱,使口罩覆盖口、鼻、下颌,将双手指尖沿着鼻

梁金属条,由中间向两边,慢慢向内按压,直至紧贴鼻梁。

4、适当调整口罩,使口罩与面部紧密贴合,口罩要覆盖口、鼻、下颌,鼻梁金属条要紧贴鼻梁,使口罩与面部紧密贴合,关键是全部遮盖口鼻处。

三、注意事项

1、口罩在弄湿或弄脏后应及时更换。

2、口罩废弃后不要随意乱扔,应投放到垃圾收集处。对于可重复使用的口罩请按使用说明进行处置。

小贴士:不要为了说话、饮食方便,将口罩拉至下颌、脖颈等位置,也不要将口罩挂在手臂上,使口罩内层受到污染,失去防护效果。如果必须摘口罩,可直接摘下整个口罩,对折后妥善保存,需要时及时佩戴。



冠心病心悸用枸杞膏

冠心病为冠状动脉粥样硬化导致的心肌缺血,典型症状为心前区憋闷及疼痛。中医认为,气阴两虚型冠心病表现为:心悸心痛、气短自汗、面色苍白、头晕头痛、心烦不寐、口干口渴、舌红苔少等。针对这种证型,治疗原则是补气养阴。

推荐一个方子:取人参9克、炒酸枣仁30克、当归30克、丹参9克、槐花24克、枸杞45克,除人参外五味药用水750毫升,煎熟后取汁滤渣,熬成糊状,用适量红糖收膏。人参研细末,每次服用时撒入膏内搅匀。每次服9克,1日2次。

人参大补元气,《神农本草经》记载它“味甘微寒,主补五脏,安精神,定魂魄,止惊悸,除邪气,明目,开心益智”。在一些补气为主的方子中都要用到人参。人参还能生津液,在《伤寒论》中,口渴往往都要用人参,因此此方也有改善口干口渴的作用。酸枣仁味甘性平,归心、脾、肝、胆经,有宁心安神、养肝敛汗的功效,《本草汇言》记载它“均补五藏,

如心气不足,惊悸怔忡,神明失守,或腠理不密,自汗盗汗”。酸枣仁在方中主要补心脏阴血,可以缓解心悸气短、心烦不寐及自汗盗汗等。当归是补血的重要药物,能补养肝血。虽然它不能直接补心,但中医理论中,心脏和肝脏被称为“子母脏”,肝为心之母,把母脏的血补足了,心脏作为子脏自然受到滋养。丹参归心、肝经,能够祛瘀止痛、活血通经、清心除烦,常用于胸腹刺痛、心烦不寐、心绞痛等,可以说是治疗冠心病的专用药。本方虽然主治气阴两虚型,但冠心病都有一定程度的血瘀,所以要配伍丹参活血通经。槐花善于清热凉血,常用来治疗热性出血病证,如便血尿血。现代研究发现,它能减少毛细血管脆性、降血脂,扩张冠状动脉、增加冠脉血流量等,可用在冠心病方中。枸杞味甘性平,能滋补肝肾、益精明目、养血。心和肾关系密切,心肾之阴互通,枸杞善于滋补肝肾,就可以通过养肾阴而间接补心阴。

山西重点人群新冠疫苗接种已启动 疾控专家解答相关问题

1、开展新冠疫苗紧急接种重点人群包括哪些?

本次紧急接种主要涉及感染新冠风险较高的重点岗位人员。涉及冷链物流从业人员,隔离场所工作人员,国际航班经停入境保障人员,海关边检人员,民航、铁路、公路从业人员,快递服务从业人员,城市公共交通从业人员,餐饮行业从业人员,医疗卫生机构工作人员,因公因私出国工作学习人员等高风险人员。

2、接种对象有哪些情况应暂缓接种新冠疫苗?

目前阶段,以下情况建议暂缓接种新冠疫苗:

年龄小于18岁或大于59岁;
对疫苗中任何成分过敏者,既往发生过疫苗严重过敏反应者,如急性过敏反应、荨麻疹、皮肤湿疹、呼吸困难、血管神经性水肿或腹痛者;
发热者、患急性疾病、严重慢性疾病、处

于慢性疾病的急性发病期者;

妊娠期妇女和哺乳期妇女,接种3个月内内有生育计划;

有惊厥、癫痫、脑病或精神疾病史或家族史者;

患未控制的癫痫和其他进行性神经系统疾病者,有格林巴利综合病史者;

已被诊断为患有先天性或获得性免疫缺陷、HIV感染、淋巴瘤、白血病或其他自身免疫性疾病;

已知或怀疑患有严重呼吸系统疾病、严重心血管疾病、肝肾疾病、恶性肿瘤者;

使用抗肿瘤药物等免疫调节剂者;

有新冠病毒感染史者;

临床医师或接种工作人员认为不适合接种者。

具体以疫苗说明书为准。

3、目前新冠疫苗,有哪几种?哪个最好?目前全球新冠疫苗的研发有数百家单位,主要集中在几条技术路线上,包括灭活

疫苗、基因重组疫苗、载体疫苗(包括腺病毒载体、减毒流感病毒载体)、核酸疫苗(mRNA疫苗、DNA疫苗)。

这5条技术路线,不能简单说哪条技术路线更好,要评价一个疫苗,一定要综合考虑它的安全性、有效性、可及性、可负担性,这才是对一个疫苗的科学评价。

目前国内进行紧急接种的疫苗是新冠灭活疫苗,并无其他选择,且目前没有证据证明何种工艺疫苗更好。

考虑到现有防疫需要,只要是出于防病的目的,任何工艺的疫苗对于非禁忌症人群来说都是可以接受的。

4、本次山西省使用的是哪种疫苗?

本次使用的是全病毒灭活疫苗,系通过化学等方法使新冠病毒失去感染性和复制力,同时保留能引起人体免疫应答活性而制备成的疫苗。

灭活疫苗的优势是传统经典的疫苗制

备方式,属于成熟、可靠的疫苗研发手段。

相对于其他技术路线而言,灭活疫苗研发平台成熟、生产工艺稳定、质量标准可控、保护效果良好,研发速度快,且易于规模化生产,具有国际通行的安全性和有效性评判标准。

5、新冠疫苗打几针?

推荐免疫程序为2针,期间至少间隔14天,接种部位为上臂三角肌。随意调整免疫程序可能影响安全性、免疫应答效果和免疫持久性。

6、错过第二剂的接种时间或延迟接种如何补种?

目前尚未获得不同免疫程序的临床研究数据因此尚未确定2剂新冠灭活疫苗间最大间隔。

如错过接种时间,建议尽快补齐相应剂次。