

# 冬季呼吸道疾病防治和元旦期间健康提示有关情况

目前我国主要流行的病原体情况如何?多病原体并存的情况预计将会持续多久?是否会成为常态呢?

入冬以来,我们国家目前存在多种呼吸道病原交替或者共同流行的态势。当前,从监测结果来看,呼吸道疾病的病原体还是以流感病毒为主,多数省份已经到达了流感的流行高峰,随之就会出现逐步下降的趋势。肺炎支原体、腺病毒、呼吸道合胞这些病原体活动呈现低水平波动状态。刚才提到新冠疫情当前处于低水平。

传染病的流行主要有三个条件,包括传染源、传播途径、易感人群。像流感病毒、肺炎支原体、腺病毒这些病原体,可以经过患者咳嗽或者是打喷嚏时产生的呼吸道飞沫传播,侵入到其他易感人群,从而导致诱发急性呼吸道感染。冬季气候寒冷,门窗大多数情况下是关闭的,空气流动性也比较差,人们多数在室内工作和生活,活动范围比较集中,接触比较密切,一旦有传染源很容易造成病原体传播。寒冷的季节,呼吸道防御能力也有所下降,这也是造成冬春季呼吸道疾病传播的原因之一。还有老年人、儿童等人群,因为免疫力较低,也是冬春季呼吸道疾病高发的人群。

元旦假期马上来临,有不少家长会带着孩子出行,请问冬季出行有哪些安全注意事项?

元旦假期家长可能会带孩子出行,尤其可能会驾车出行。驾车出行,我们一定要严格遵守交通规则,尤其是现在冰雪路面,车轮容易打滑,更要注意安全,控制车速。另外我们也反复提过,不满12岁的孩子不要在副驾驶座位乘坐,儿童乘车时一定要根据孩子的年龄、体重和身高正确的选择使用儿童安全座椅或者是安全带、安全增高坐垫。

孩子在乘车时一定要怀抱孩子乘车,也告诫孩子乘车时不要把头、手伸出天窗和窗外,行车过程中建议最好不要给孩子进食,尤其不要进食果冻、棒棒糖,还有其他的坚果等食物,上车后最好能把儿童锁锁上,不管时间长短,都不要把孩子单独留在车内,因为可能会有意外情况发生。不满12岁的孩子不要单独骑车上路,不满16岁的

孩子不要自行骑电动自行车上路。儿童玩滑板、滑板车、骑车时都应该正确佩戴安全防护具。

另外,一定要加强孩子的安全教育,增强孩子的识危险和避免危险的能力,尽可能提高儿童在环境中的醒目性。比如,在道路上可以给孩子穿一些白色的衣服或者是比较鲜艳的衣服,引起周围人的关注,这样能够保证孩子的安全。还要告诫孩子不要在车头车尾的盲区中活动,因为很容易发生事故。不要让孩子在车前猛跑,过马路时要走人行横道或者过街天桥,不要在车辆之间穿行,乘坐交通工具时要遵守交通规则,坐稳扶好,不要嬉戏打闹。

还想提醒大家的是,现在冬天气路结冰比较湿滑,大家可能因为冷,容易把手放在兜里。其实这种行走方式是不安全的,因为如果一旦滑倒,很难保持身体的平衡,所以在行走的时候,我们要告诫孩子不要看书看手机,不要把手插在兜里。不要在道路上追逐打闹,一定要远离车辆。

寒潮容易引起的心脑血管疾病有哪些?不同心脑血管疾病的症状有哪些不同?这些心脑血管疾病之间有哪些联系?

温度的骤变确实会诱发很多心脑血管疾病,甚至导致已有疾病的加重。天气寒冷,低温会刺激人体引起血管收缩,引起血压增高,会诱发冠心病,包括心绞痛,或者是心梗,同时就有胸闷、憋气、胸痛的症状。同时,低温状态下也可以引起脑血管疾病,包括血压增高引起血管破裂、引起脑出血,也可以包括血管收缩、血液粘稠度增加,导致血管闭塞,表现为突然面瘫、言语不清、一侧肢体无力、头痛、头晕、行走不稳等症状。

这些心脑血管疾病有共同的特点,是由于血管收缩、血液粘稠性增加引起的血压升高、血压波动等一些生理改变,会导致已有的身体状态,包括心梗、脑梗。这种病理改变有一个共同特点,就是血管闭塞导致的缺血。因此在寒冷期间,老年人、心脏病患者、脑血管病患者、高血压人群要加强防护,要注意保暖,避免过度劳累,特别是避免在寒冷的天气中在室外长时间停留。一旦发现上述心脑血管症状,一定要及时拨打120,到

医院就诊。

節假日期間,冰上遊樂場、滑雪場都成為了家長和孩子們熱門去的地方。為了確保兒童安全,請問家長有哪些注意事項?

孩子參加冰雪運動,最關鍵的就是注意安全問題。首先,我們的家長應該為孩子選擇正規安全的活動場所和娛樂設施,我們要去了解活動場所的安全設施配備情況,包括安全標識,有沒有必要的救護設備和器材等,一定不要帶孩子去滑野冰,這樣很危險。

第二,我們要去評估孩子即將參加的活動的安全性,要為孩子選擇適合年齡、身高、身體狀況的活動。家長和孩子都要正確的評估個人的冰雪運動的技能和技巧,不要做超出能力範圍的動作和行為。在做戶外雪上運動的時候,在這之前一定要了解天氣的狀況,如果天氣狀況很惡劣,盡量不要參加。

第三,如果要參加冰雪運動,一定要保證孩子的身體狀況是良好的,而且在活動之前,我們一定要去做充分的熱身,否則容易導致孩子出現肌肉拉傷和關節扭傷等。孩子在參加冰上運動的時候一定要配備合適的安全防護具,包括帽子、頭盔、護肘、護膝、護目鏡、手套等。

在著裝方面,以舒適為主。另外,盡量多備幾套衣服,以備增減。一定保證鞋體的溫暖,一旦潮濕及時更換,防止凍傷。貼身的衣物盡量不穿棉織的,因為一旦出汗,棉織會吸收很多水份,我們的運動一旦停下,棉織品上的水份很難在短時間內蒸發,所以孩子就會有特別寒冷的感覺,甚至有可能會發生受涼。

提醒各位家長,我們要和孩子一起嚴格遵守活動場所的規定,避免因為我們的過度自信或者是盲目冒險,給孩子帶來一些風險。在遊玩的時候,家長一定要做到有效看護和陪伴,並且不要強迫孩子去參加過於激烈的項目,一旦孩子覺得身體不適或者自覺無法參加這個活動,那我們就盡量停止。

如果我們去做戶外的活動,因為人比較多,所以盡量在事先跟孩子約定好,如果一旦走失,要以哪種方式進行聯繫,尤其是告訴孩子一些可靠的聯絡方式和我們能找哪些人來幫助我們。

冬季是呼吸道疾病的高發期,針對室內公共場所、交通工具等人員密集場所,有哪些具體防控措施和建議,元旦將至,對於群眾出行、聚會、出國旅行等,有哪些自我防護方面的提示?

室內公共場所和交通工具通常空間狹窄、人員密集,是呼吸道傳染病防控的重點場所,建議做好以下防控工作:

第一,室內公共場所應該密切關注出入口等重点區域,強化現場調度,嚴防人員擁堵聚集。

第二,在客運站,根據客流變化及時增加或者開放進站和安檢通道,引導乘客有序進站和乘車,盡量減少乘客的聚集和等待。

第三,要做好室內公共場所和交通工具內部的清潔消毒和通風換氣,確保室內空氣、公共的用品用具等衛生質量符合相關的標準。

最後,在公眾自己前往室內公共場所或者是乘坐公共交通工具的時候,建議科學佩戴口罩,同時及時洗手或者做好手消毒。

元旦將至,大家探親訪友、旅遊或者聚會聚餐等聚集性活動會明顯增加,建議做好以下四方面的自我保護措施:

第一,出行前要密切關注目的地的傳染病疫情動態和相關部門發布的信息提示,合理安排行程,如果有發熱、咳嗽等相關症狀的人員,建議暫緩出行。

第二,旅途中保持良好的個人衛生習慣,科學佩戴口罩,勤洗手以及注意飲食衛生。

第三,返回後要做好自我健康監測,出現不適症狀時要及時就診。出國旅遊人員應該主動告知醫生出境史。

第四,要及時接種新冠、流感、肺炎等疫苗。

·健康你我他·  
涇縣疾控中心宣

## 城乡居民医疗保险

### (二)意外伤害

#### 1. 享受范围

参保职工因外伤在定点医疗机构就医且无第三方责任发生的急诊医疗费用、入院前三天内能作为确诊住院病种依据的本院门诊辅助检查费用、住院医疗费用,纳入报销范围。

#### 2. 享受标准

参照普通住院标准执行

#### 3. 享受流程

①市域内医疗机构:在就诊医院填写《运城市基本医疗保险意外伤害调查表》,由调查机构(保险公司)调查确认无第三方责任后,在就诊医院即时享受待遇。

②市域外医疗机构:参保职工出院后携带住院发票、清单、病历(首页、出院记录、化验检查报告单、手术记录、麻醉记录、长短期医嘱、耗材合格证)、本人社保卡复印件到医保中心填写《运城市基本医疗保险意外伤害调查表》,由调查机构(保险公司)调查确认无第三方责任后,在涇县医疗保险服务中心职工窗口享受待遇。

### (三)中医日间治疗

#### 1. 享受范围

“中医日间治疗病种”是指以针灸等中

医手段治疗为主,日间可完成治疗、病情相对稳定、不需占有固定床位,患者在完成日间治疗后,不可占有医院固定床位,夜间可返家休息的病种。我具备条件(二级及以上医疗机构的责任医师由副高级职级以上中医医师担任;基层医疗机构的责任医师由执业医师以上中医医师担任)定点医疗机构都可开展。参保职工符合中医日间治疗标准的均可享受待遇。

#### 2. 享受标准

市级二类收费病种(三级乙等及二级甲等)医疗机构开展中医日间治疗病种的日均治疗费用不超过255元;县级二类收费病种(三级乙等及二级甲等)医疗机构开展中医日间治疗病种的日均治疗费用不超过225元;三类收费病种(二级乙等及以下)医疗机构开展中医日间治疗病种的日均治疗费用不超过180元。

#### 3. 享受流程

参保职工携带本人《社保卡》在就诊定点医院即时享受待遇。

温馨提示:①“中医日间治疗”医疗费用按一次普通住院结算,参保患者住院期间发生的且与本次治疗相关的辅助检查费用一并纳入该次费用结算。②参保患者

实行“中医日间治疗”治疗期间,各医疗机构应将医疗费用按规定要求上传,出院后一个月内不得再次进行日间治疗。③参保人在中医日间治疗期间,确诊病情改变需退出“中医日间治疗”管理的,按普通住院结算。

### (四)生育保险

#### 1. 享受范围

参保职工因生育在定点医疗机构就医时发生的医疗费用纳入报销范围。

#### 2. 享受标准

①产前检查费按人头定额付费,在一类、二类、三类定点医疗机构的支付标准分别为:700元、600元、500元。

②自然分娩按病种付费,在一类、二类、三类定点医疗机构的支付标准分别为:2700元、1700元、1500元;剖宫产分娩按病种付费,在一类、二类、三类定点医疗机构的支付标准分别为6000元、3900元、3300元。

③住院分娩时有合并症或并发症的实行按项目付费。

④参保人员因因胎、妊娠期糖尿病、高血压等住院期间未生产等治疗发生的医疗费用,按照职工基本医疗保险规定的

政策按比例支付,由职工基本医疗保险基金支付。

#### 3. 享受流程

①市域内医疗机构:在就诊医院即时享受待遇。

②市域外医疗机构:参保职工出院后携带外地生育保险住院报销需要携带住院发票、清单、病历(首页、出院记录、化验检查报告单、手术记录、麻醉记录、长短期医嘱、耗材合格证)、本人社保卡复印件到涇县医疗保险服务中心职工窗口享受待遇。

涇县医疗保险局 宣

## 遗失声明

※不慎将涇县古绛镇孟改革小吃店营业执照正本丢失,统一社会信用代码为:92140826MA7YL2QB62, 现声明作废。