

核酸检测注意事项，你关注的都在这里

由于疫情反复，核酸检测最近又成了一个热门话题，有的重点区域甚至要全员做核酸。核酸是不是人人都要做？核酸检测前后需要注意哪些问题？湖南省疾控专家一一为您解答。

哪些人需要做核酸检测

首先，和病例有过近距离接触且未采取有效防护的密切接触者，以及密切接触者的密切接触者（又称“次密接”）都需要尽快进行集中医学观察并开展核酸检测。

其次，由于目前德尔塔变异株强悍的传播能力，和病例在同一个密闭空间以及在病例离开后短时间内进入者，通过大数据被判定为与病例存在时空伴随者，有中高风险地区旅居史者，也需要进行核酸检测。

如果出现本地疫情，疾控部门为了快速搜索病例以斩断传播链，会在开展风险评估的基础上给出需要在一定范围内开展全员核酸检测的建议。

另外，属于高风险岗位的人群必须根据岗位风险程度定期开展核酸检测。

做完核酸检测就可以放心了吗

从国内发生的多起疫情都需要多轮核酸检测来看，答案显然是否定的。从以往的防控经验来看，出现过多次核酸检测都是阴性的境外输入病例，而这与采样人员的技术水平、采样时机（已感染而尚未开始排毒）、病毒在体内的滴度、检测试剂的灵敏度、检测人员的操作水平等都息息相关。

做核酸检测及采样需注意事项

检测前：做核酸检测前2小时尽量避免进食，以免引起呕吐；采样前30分钟做到不喝饮料（包括不喝水）、不吸烟、不喝酒、不咀嚼口香糖等；临检要减少吞咽动作，不做清嗓子（例如咳痰、吐痰）动作。采集鼻咽拭子前，被检测者应告知采集人员是否有相关既往病史或相关事项。

检测者需要正确佩戴口罩，检测前取下口罩，检测后立即戴好，可准备一个备用口罩，污染后方便随时更换。

检测中：在采集口咽拭子时被检测者头后仰，张口发出“啊”音，有助于暴露咽喉，但过程中会出现刺激性干咳、恶心、呕吐等症状，被检测者可配合采集人员尽量放松、深呼吸；采集过程中可能出现鼻部酸痒感，刺激打喷嚏，可立即用纸巾（提前备好）或手肘遮挡。

检测后：采集后立即离开采集地点，避免在采集地点周围吐痰、呕吐。核酸检测前后都需要注意手部卫生，可使用免洗手消毒液或免洗酒精擦拭双手。

大规模核酸检测期间，为确保医务人员集中精力开展核酸检测，往往会暂停疫苗接种工作。外省防控经验也曾经提出一项建议：本地疫情期间，尽量在接种新冠疫苗48小时内不要进行核酸检测。 （据新湖南客户端）

医学前沿

接种新冠疫苗也能预防其他冠状病毒

据物理学家组织网近日报道，美国西北大学医学院的研究首次表明，接种某种冠状病毒疫苗和先前感染某种冠状病毒可以提供针对其他类似冠状病毒的广泛免疫力，这一最新发现为研制出通用冠状病毒疫苗奠定了理论基础，这种疫苗将帮助人们应对未来的疫情。

西北大学范伯格医学院微生物学免疫学助理教授帕布鲁·佩纳洛扎·麦克马斯特说：“此前，我们并不清楚，接触一种冠状病毒能否提供针对其他冠状病毒的交叉保护，现在我们证明了这一点。”

研究人员解释称，目前引起人类疾病的三种主要冠状病毒为原始沙贝病毒——包括严重急性呼吸综合征（SARS）病毒和新冠病毒、通常导致普通感冒的病毒OC43，以及导致中东呼吸综合征（MERS）的病毒。

在最新研究中，他们发现，接种新冠疫苗的人血浆产生的抗体对SARS病毒和OC43具有交叉反应（提供保护）。而且，接种SARS-CoV-1疫苗的小鼠产生的免疫反应，会保护它们免受新冠病毒的攻击。研究最后发现，之前感染某种冠状病毒可以防止随后感染其他冠状病毒。

研究人员也发现，接种新冠病毒疫苗的小鼠，暴露于普通感冒冠状病毒（HCoV-OC43，不同于SARS病毒）中，可以部分抵御普通感冒，但这种保护作用要弱得多，原因在于SARS病毒和新冠病毒在基因上比较相似，而普通感冒冠状病毒与新冠病毒区别更大。

佩纳洛扎·麦克马斯特说：“只要冠状病毒的相关性大于70%，小鼠就受到保护。如果它们接触的是非常不同的冠状病毒，疫苗的保护作用可能会减弱。”

佩纳洛扎·麦克马斯特表示：“这一最新研究帮助我们重新评估通用冠状病毒疫苗的概念。很可能不会出现一款针对所有冠状病毒的疫苗，但我们可能最终为冠状病毒每个主要‘家族’各研制出一种通用疫苗，例如针对SARS病毒、新冠病毒和其他SARS相关冠状病毒的通用疫苗；或者针对引起普通感冒的HCoV-OC43和HKU1的通用疫苗等。”

（据《科技日报》）

寻医问药

下巴长出了“肉芽”，病因竟出在牙齿上

一年前，17岁的小张下巴正中间长了颗“青春痘”，虽然有点影响“颜值”，但他想着痘痘会自行消退，于是没太在意。可近半年以来，这颗顽固的“青春痘”越长越大，高高地凸起于皮肤表面，看上去，就像下巴上长出了一根“肉芽”，既不好看，还隐约有些胀痛感。

小张在家附近诊所做了局部切除手术，将“肉芽”切除。可切了没多久，“肉芽”又重新长了出来，最近更是出现了溃烂流脓。小张意识到问题的严重性，于是来到长沙市第三医院皮肤科就诊，可皮肤科医师了解情况后，却建议他去口腔科看看。

接诊的口腔科主治医师刘尔莎为小张做详细检查，只见颏部正中区皮肤有一红色疖肿样的、直径约为0.8

厘米的肉芽肿，表面糜烂，间断性破溃出血；口内检查发现他牙列不齐，牙槽黏膜颜色暗红，下前牙区按压有轻微疼痛，下颌中切牙有松动现象，影像学检查显示下颌中切牙根尖周区有低密度阴影……种种迹象提示有炎症感染。

刘尔莎告诉小张，他是由于牙列不齐导致慢性咬合创伤，引起牙齿的慢性根尖周炎出现的皮肤瘘道，只有先治疗好了牙齿，皮瘘才会好。

“可是我的牙齿一直都挺健康、从来没有痛过，怎么会是牙齿问题引起的呢？”小张不解地问。

刘尔莎解释，正是因为感染物质通过皮肤瘘道排出来了，牙齿反而不会因为压力增大而产生疼痛和肿胀。她建议小张对下颌两颗已经感染的中

切牙做根管治疗，治疗之后皮瘘会逐渐消退。

小张接受了治疗方案。原来的皮瘘道已完全消退，恼人的“肉芽”终于消失了。

该院口腔科主任徐红介绍：面部皮肤瘘管形成的原因较多，牙源性皮瘘约占80%，常由根尖周围及牙周感染、阻生齿冠周炎等诱发形成。牙源性皮瘘的位置与受累牙位有关，常见于下颌部，患牙根尖及周围皮肤可见反复发作。大多数牙源性皮瘘患者无牙痛史，因此很多患者忽略患牙诊治，出现误诊、漏诊的情况。

徐红建议大家做好口腔保健，定期进行口腔检查，对于牙周病及龋齿及时治疗，预防牙源性皮瘘的发生。

（据长沙市第三医院服务号）

健康提醒

熬夜久坐不运动，90后小伙被“病魔”盯上

来自湘西土家族苗族自治州的25岁小伙子杨健（化名）是深圳一家网络公司的技术员。随着工作量的增多，除了下班回家睡觉，杨健其他时间基本都是坐在电脑前，体育运动基本为零。时间一长，杨健觉得身体越来越吃不消。今年7月，他在一次受凉后出现咳嗽、咳痰，伴痰中带血的情况。到当地医院就诊后被诊断为左侧胸腔合并肺结核，并进行了穿刺引流及抗结核的处理。出院后，他回到湖南老家休养

治疗，但没过多久，再次出现高热，胸痛等情况，并有明显加重的趋势。难以忍耐的他在当地医院的建议下，来到湖南省胸科医院呼吸内科寻求治疗。

入院后，呼吸内科主任姚碧波带领医护团队为杨健完善了相关检查，结合其临床表现及检查，最终确诊为肺动脉栓塞合并1型呼衰，并立即为他进行了介入溶栓手术。

姚碧波介绍，肺动脉栓塞是一种致死率很高的呼吸系统急症，其典

型表现是呼吸困难、胸痛和咯血，一旦发生需紧急处理。长期慢性肺栓塞会导致肺动脉高压，出现右心功能不全，进而发展为慢性肺源性心脏病。

医生提醒，走路能保持有氧代谢、增强心肺功能、促进全身的血液循环，防止血脂在血管壁堆积，防止血栓形成。人们在生活中要改掉久坐不动的习惯，静坐达到1小时就应该起身活动。

（据新湖南客户端）