

一觉醒来,健康码“黄”了!

收下这份“黄码”队抗疫指南

本报讯(记者王璐 通讯员张亚娜 张恒娇)“一觉醒来,我的健康码居然变成了黄色!”7月31日,匆匆赶到湖南省人民医院马王堆院区进行核酸检测的陈岚(化名)与一同排队检测的“队友”们分享自己的“变色”经历。“黄码”队友中有从东北疫区回长沙的,有曾与确诊病例有过地铁交集的,而陈岚则是因为一周前曾回过常德市的父母家。

近期国内个别地区出现本土疫情,“外防输入、内防反弹”压力持续加大。湖南省居民健康码“黄码”“红码”人员增多,“我需要做核酸检测吗?”“黄码需要自我隔离吗?”“健康码什么时候变绿?”随着“黄码”队越来越壮大,大家的困惑也越来越多。针对健康码“变色”后的应对措施,湖南省疾控中心日前发布独家抗疫指南,指导大家精准防护。

指南一:发现“黄码”需第一时间核酸检测

目前湖南省推出的电子健康码二维码的颜色分为三种,不同颜色代表不同等级,并附有相应的防护建议。

第一种是绿色,可正常出行,但近14天内有高、中风险区域或疫区旅居史应接受核酸检测或提供7天合格检测结果;第二种是黄色,限制出行,并接受核酸检测。持有近7天内核酸检测阴性证明可出行,但不得出入学校、工厂、大型商场、大型农贸市场等人

群密集场所和相对封闭场所;第三种为红色,禁止出行,要尽快联系当地社区卫生服务中心或疾病预防控制中心,接受集中隔离医学观察。如健康码赋码错误,可在电子健康卡小程序中提出申诉。

核酸检测具体流程及防护措施如下:

●第一时间找到所在地最近的医院进行核酸检测预约缴费。为方便市民群众,目前长沙市多家医院已开通核酸检测线上预约、缴费、查询结果一站式服务。市民只需在手机微信上关注医院公众号,根据提示办理即可。

●预约成功准备出门前,应该携带好身份证,洗手并正确佩戴好口罩,最好再备一个口罩,也可以随身携带免洗消毒液或免洗酒精,可在采样结束后及时给双手消毒等。

●出行尽量不要乘坐公共交通工具,建议步行、骑行或乘坐私家车前往核酸检测采样点。如必须乘坐公共交通工具,全程正确佩戴口罩,途中尽量保持安全距离,避免手接触公众设施及物品,不要用手接触眼、耳、鼻、口等处。

●到达采样点排队,一定要保持安全距离,全程戴好口罩,不要与人交谈,咳嗽时用纸巾或手肘遮挡,避免飞沫传播风险,配合现场工作人员的指导有序进行采样。检测前两小时尽量避免进食,

●接受咽拭子采样时,将

口罩取下折叠封装在塑料袋里放入口袋中。在采集咽拭子时尽量放松,头后仰,深呼吸,张口发出“啊”音。在咽拭子采集过程中可能出现咽部不适,想要咳嗽、打喷嚏或者呕吐等,切记不要对着医护人员或者其他人员,对着地面或准备好纸巾都可以。

●采集完样品后立即洗手或用免洗酒精擦拭双手,戴上备用口罩。将废弃口罩投入指定医用垃圾桶。立即离开,不要在采集地点周围吐痰、呕吐。

指南二:如何申请转绿码

分两种情况申诉:身处湖南省内者,请联系区县疾控中心提交申诉函解码;身处湖南省外者,请于“健康320”公众号提交相关信息及三天两检(72小时内两次核酸检测证明,且两次监测时间间隔在24小时以上)截图。

湖南健康码“黄码”、“红码”人员,应立即向所在地社区或县级疾控中心报告,并积极配合所在地社区或县级疾控中心开展防控措施。如出现发热、咳嗽、腹泻、乏力、嗅(味)觉减退等症状,请佩戴一次性医用外科口罩,及时到就近的医疗机构发热门诊进行诊疗,主动告知医生近14天旅居史、接触史等情况,就医过程应避免乘坐公共交通工具。对湖南省居民健康码、行程卡“红黄码”人员不主动报告、不遵守疫情防控有关规定,将可能承担违反《传染病防治法》的相关法律责任。

疫情防控·唯快不破

目前,由南京禄口国际机场外溢的新冠肺炎疫情感染链仍在延长,已波及多个省市。据分析,南京本轮疫情为同一个传播链且源头已经确定,目前完成的相关病毒基因测序均为德尔塔毒株。无论是就本轮疫情的传播趋势,还是就变异毒株的强传染性,都应该引起各方高度重视,避免此前的疫情防控成果毁于一旦。

据调查,从航班保洁员工防护服洗脱不规范,到垃圾清运环节存在漏洞,机场管理的缺位是导致病毒“钻空子”的重要原因,其教训不可谓不深刻。我们需要“向后看”,也要“向前看”;我们需要必要的溯源、认真的反思,但更需要有明确的思路、切实的行动、携手的努力。

抗疫像打仗,唯快不破。这是我们在抗疫斗争中积累起来的宝贵经验,也是我们应对

变异病毒的当然之举。德尔塔毒株对身体的适应力增强,传播速度比较快,病毒载量比较高,其正在以极快的速度席卷全球,多个国家和地区疫情卷土重来甚至再现疫情高峰。面对严峻形势,必须以最快速反应、最有力出击,严格采取管控措施,动员全社会共同防疫,防止变异病毒在中国持续扩散。

病毒狡猾多变,必须坚持问题导向。当下,最紧迫的问题,就是寻找应对变异毒株的有效方法,切断病毒传播途径。例如,钟南山院士在接受采访时表示,鉴于病毒的高度传染性,过去密接者的概念已不适用于德尔塔毒株。时间不等人。如何摸清病毒“底细”、早日战胜疫情?必须适时调整抗疫模式,不断创新防治手段。

应对变异毒株,不在一时一地一人,必须坚持全国一盘棋。江苏省应以核酸检测为中

心扩大预防,坚决做到集中隔离、应隔尽隔,全力救治患者,及时透明发布信息,遏制省内疫情扩散蔓延;其他省份和地区要加强相关人员协查,把疫情遏制在萌芽状态。此外,在疫情防控的链条上,无论是从严实施外防输入高风险人员封闭管理,还是强化环境和物品消杀,抑或是有关联人群主动进行核酸检测,人人做好抗疫的战斗员,才能让疫情防控堡垒固若金汤。

“我们曾经经过的还不是最艰难的,更艰难的是需要长期与病毒共存的智慧。”当疫情防控成为一场持久战,“动态清零”或许是最现实的目标。所以,可怕的并不是新增的零星病例,而是麻木心态与行动不力。绷紧神经、集中力量,疫情风险才能被化解于初期。

(《人民网-观点频道》7.31,文/郑岩)

抗疫有我

为抗疫“扫雷”! 勇当核酸检测的“侦察兵”

本报记者 汤江峰

7月31日下午5时许。天气闷热,热浪袭人。

湖南省儿童医院临床基因扩增检验实验室。邓永超、徐丹和董彩霞3位核酸检测人员走出实验室,脱下密不透风的防护服,取下护目镜,摘掉口罩,露出“庐山真面目”的瞬间,脸上惊现一道道深深浅浅的勒痕;剥离乳胶手套后的双手,已泡得起皱发白……

近日严峻的疫情防控形势,要求做核酸检测的人骤增,核酸采集工作量庞大,检测任务更是艰巨。湖南省儿童医院有这样一支检验侦察兵,他们不直接接触患者,但面临零距离接触病毒的危险;他们不仅要对病人标本和环境标本等分析检测,还要对检测的高危废物进行处理。他们,就是跑在抗疫前线,与时间赛跑的侦察兵——核酸检测人员。

南京禄口机场疫情蔓延,波及多省,疫情就是命令!湖南省儿童医院检验科主任莫丽亚率领团队第一时间火速启动应急预案,积极应对,优化流程,调整人员,迅速投入到紧张有序的核酸检测当中。

这支核酸检测侦察队由18位精兵强将组成,兵分两路,一路为快速检测组,一路为普通检测组。快速检测组主要负责门诊发热、咳嗽等急诊患儿检测,普通组则负责住院患者及陪人核酸检测,两组既分工又密切协作。每个组又分成若干班次,24小时连轴转。与此同时,为保证仪器马不停蹄运转,他们还要当好“后勤兵”,做好核酸扩增仪(PCR仪)和提取仪的维护和保养。人机同频共振,良性运转,确保每天1000多份检测报告精准无误。

据核酸普检组长邓永超介绍,每一批次标本的检测,都需要经过十几步的操作,这个过程要持续大约4至5个小时。我们每天需要在三级防护和负压实验室里连续奋战4至5个小时,有时甚至是7至8个小时,层层包裹下不停地重复操作,要求一丝不苟,大家都吃得苦、耐得烦、霸得蛮。

防护服、护目镜、隔离衣、N95口罩、双层手套、靴套……踏入实验室之前,检测人员都要全副武装,做好三级防护。

透过实验室透明玻璃,记者看到,检测人员一举一动,游刃有余:接收样本、核酸提取、样本扩增、结果分析、出具报告……操作过程中,他们还得小心翼翼,尤其是在安全柜内,打开样本盖子提取核酸时,更要小心、小心再小心。一不小心,就可能形成气溶胶,导致污染。

“取出标本后,我们会进行56℃孵育,也就是病毒灭活。将样本放置在孵育箱中的试管架上,用56℃的温度灭活30分钟。”邓永超告诉记者,就是这个简单的操作,会让操作人员的样本处理时间延长,使防护面屏上蒙上一层水雾,导致视线受到限制。不仅如此,在整个检测过程中,检测人员都尽量不上厕所,工作前也尽量少吃少喝。

莫丽亚告诉记者,这支侦察队伍大部分是年轻人,都是能熟练操作核酸检测十八般武艺的侦察兵。自去年8月该院检验科开展核酸检测以来,累计完成近30万份标本检测任务,无一例阳性,也无一例误诊。虽说任务繁重、操作琐碎单调,但没有一个人叫苦叫累。他们有一个共同信念:当好“侦察兵”,为抗疫“扫雷”!