

■关注

进一步提升防控科学性精准性

——国务院联防联控机制权威回应二十条优化措施调整

将风险区调整为“高、低”两类，纠正“一天两检”“一天三检”等不科学做法，取消入境航班熔断机制，加快新冠肺炎治疗相关药物储备……进一步优化新冠肺炎疫情防控工作的二十条措施公布后，引起社会广泛关注。

这是否意味着放松防控？为何对这些措施进行优化？国务院联防联控机制11月12日举行新闻发布会，针对上述社会关切问题作出权威回应。

调整不是放松、“躺平”

发布会上，国家卫生健康委副主任雷海潮介绍，新冠疫情发生以来，我国持续跟进全球疫情态势和病毒变异特征，动态评估防控举措实施效果，结合疫情处置经验和药物疫苗等技术进步，因时因势调整优化防控举措，不断提高科学精准防控水平。

“结合对第九版防控方案等政策实施情况的评估结果，经过专家深入研究和论证，提出了二十条优化的政策举措，不是放松疫情防控，更不是‘躺平’。”雷海潮表示，每一次对防控措施的优化调整，都是十分审慎的，也是经过专家科学论证的，确保积极稳妥、风险可控。

据介绍，优化之后的举措，能够明显缓解各地疫情处置中遇到的一些“瓶颈”问题，如隔离资源相对紧张、流调人员相对不足等，能够更好

地集中资源，更好地统筹疫情防控和社会经济发展。

国家卫生健康委新闻发言人米锋表示，二十条优化措施是为了进一步提升防控的科学性、精准性，是为了最大程度保护人民生命安全和身体健康，最大限度减少疫情对经济社会发展的影响。

隔离时间调整 能最大限度管控住风险

二十条优化措施在第九版防控方案的基础上，对风险人员管控、风险区域划定、入境人员管控、医疗服务和疫苗接种、重点场所防控等方面进行了优化调整。其中，对密切接触者的管理措施由“7+3”改为“5+3”，即由“7天集中隔离+3天居家健康监测”调整为“5天集中隔离+3天居家隔离”。

国家疾控局副局长常继乐介绍，评估显示，随着新冠病毒变异，其潜伏期逐渐缩短，在5天内发现阳性的概率很高。同时，考虑到奥密克戎最长潜伏期为8天左右，5天集中隔离结束后实施3天居家隔离能最大限度管控住风险。

二十条优化措施还将高风险区外溢人员“7天集中隔离”调整为“7天居家隔离”，对结束闭环作业的高风险岗位从业人员由“7天集中隔离或7天居家隔离”调整为“5天居家健康监测”。

常继乐介绍，评估显示，

高风险区外溢人员阳性检出率为4.9/10万，均在风险区域划定后7天内检出，外溢主要与风险区划定不及时、范围不准确、协查不及时有关。评估还显示，解除闭环管理的高风险岗位从业人员感染风险极低，阳性检出率为1.6/10万，通过闭环和居家健康监测期间规范开展核酸检测，可以及时发现感染者。

“这些调整，是基于多地疫情防控实践的经验总结和相关评估数据作出的。”常继乐说。

“密接的密接” 感染风险极低

根据二十条优化措施，不再判定“密接的密接”，同时将风险区由“高、中、低”三类调整为“高、低”两类。

常继乐介绍，评估显示，“密接的密接”人群规模大，但感染风险极低，故不再判定“密接的密接”。

评估还显示，中风险区阳性检出率低。此前，中风险区划定后，导致大量人员被管控，出行和流动受到限制，同时消耗了一定的基层工作人力，因此取消中风险区判定。

常继乐表示，二十条优化措施要求更科学、更精准、更规范、更快速地开展疫情防控，把该管住的重点风险管住、该落实的落实到位、该取消的坚决取消，充分利用资源，提高防控效率。

(据新华社北京11月12日电)

22岁女生用眼过度， 视网膜上竟破了两个“洞”

眼看着考研的日子越来越近，22岁的小雪（化名）没日没夜地备考学习。最近这几天，她感觉自己右眼前老是有个黑影飘动，天黑眨眼时眼前还有一亮一亮的光。一开始，她以为是用眼疲劳，可过了两天症状还是没有缓解，于是来到了杭州市西溪医院眼科就诊。眼科主任医师王育新经散瞳检查发现，小雪右眼的周边视网膜上有两个“洞”，在眼科学上称为视网膜裂孔，所幸的是裂孔周围的视网膜还没有脱开。

听说自己的视网膜“破了两个洞”，小雪吓了一跳。“目前裂孔周围的视网膜没有脱开，还来得及补救。在裂孔旁边做几排激光，打几个补丁，像烧电焊一样把周围视网膜焊牢，做一个堤坝，就可以避免后期的视网膜脱离。”王育新告诉小雪，并在门诊为她进行了激光治疗。

王育新解释，视网膜裂孔的形成是视网膜和玻璃体两种组织变性共同作用的结果。一般来说，视网膜裂孔好发于高度近视者或者是中老年人，这与老年人或高度近视者玻璃体和视网膜常常有变性有关。小雪本身有高度近视，考研前频繁用眼，眼球肌肉紧张，持续转动，牵引视网膜，容易造成视网膜裂孔。

为了防范视网膜脱离，近视尤其是高度近视者、中老年人如果眼前频繁有漂浮物、闪光感，一定要去医院眼科散瞳检查。除了排除玻璃体疾病外，更重要的是需要检查周边视网膜有没有裂孔存在、裂孔的位置以及裂孔的大小，还要明确患者是否出现了视网膜脱离。

(《健康杭州》11.5, 文/杭州市西溪医院)

每天吃阿司匹林 增加跌倒风险

《美国医学会杂志-内科学》11月7日发表的研究显示，70岁以上老年人如果每天服用小剂量阿司匹林，可能更容易摔倒。这一发现意味着在给有心脏病和中风风险的人配药时应更加谨慎。

阿司匹林因其稀释血液特性而经常被用来预防心血管并发症。研究表明，该药可能在一定程度上减缓认知能力下降，并增强骨骼强度。从理论上讲，这两种作用相结合可以减少摔倒。但阿司匹林减少老年人事件(ASPREE)的试验结果却与这一观点相悖。最新研究表明，老年人每天服用低剂量阿司匹林后，摔倒的概率会增加。

澳大利亚莫纳什大学的Anna Barker和同事在平均4.6年时间里，跟踪调查了16703名年龄在70岁及以上的澳大利亚白人，这些人被认为是“相对健康的”。一半的参与者每天服用一次100毫克的阿司匹林，这是老年人长期服用的通常剂量。其余的则服用安慰剂。在研究期间，超过1400名参与者至少摔倒过一次，需要住院治疗。与不服用阿司匹林的人相比，服用阿司匹林的人群摔倒的可能性要高出约10%，两组的骨折风险并无显著差异。统计分析表明，这并非偶然。目前还不清楚这一结果是否适用于非白种人。

(《中国科学报》11.9, 文/李木子)

江西南昌： 康养服务业技能比拼展风采

11月9日，参赛选手在参加孤残儿童护理员(康复训练)组别的比赛。当日，2022年江西省“振兴杯”康养服务行业职业技能竞赛在南昌开幕。本次竞赛旨在为康养服务人员搭建切磋技艺、交流经验、展示职业技能和精神风貌的平台，设有健康管理师、康复辅助技术咨询师、营养配餐员和整理收纳师等6个工种的技能竞赛。

新华社记者 彭昭之 摄

