



春运大考遇上 乙类乙管 疫情防控该如何做

中青报 中青网记者 刘昶荣

1月8日起，我国正式开始对新冠病毒实施乙类乙管。当天，正是春运开始的第二天。春运首日，全国共发送旅客3473.6万人次，环比增长11.1%，比2022年同期增长38.9%。

春节是我国传统节日中最重要的一个节日，过去3年，因为疫情，不少群众一直没有回乡过年。国务院联防联控机制春运工作专班初步分析研判，2023年春运期间客流量约为20.95亿人次，比去年同期增长99.5%，恢复到2019年同期的70.3%。

与超20亿人次的客流量并行的是对新冠病毒实施乙类乙管。1月8日起，依据《传染病防治法》，我国对新冠病毒感染者不再实行隔离措施，不再判定密切接触者；不再划定高低风险区；依据国境卫生检疫法，不再对入境人员和货物等采取检疫传染病管理措施。

在1月8日召开的国务院联防联控机制新闻发布会上，国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长米锋说，新冠病毒乙类乙管后，工作重心从防感染转到保健康、防重症，从风险地区和人员管控转到健康服务与管理。米锋强调，实施乙类乙管，不是放开不管，而是强调更加科学、精准、高效做好疫情防控，更好统筹疫情防控与经济社会发展。

春运期间，农村地区可能迎来重症高峰

1月7日，《新型冠状病毒感染防控方案（第十版）》（以下简称“第十版防控方案”）发布。第十版防控方案指出，农村地区医疗卫生基础相对薄弱，是疫情防控的重点地区。

国家卫生健康委医政司司长焦雅辉在接受央视采访时表示，在春运之前，中小城市和农村地区已经迎来了感染高峰。根据这个趋势来看，春运期间有可能迎来这些中小城市和农村地区急症和重症的发病高峰。

一些比较偏远的农村地区，交通不够便利，为了保证这些地区的重症感染者得到及时的转运救治，国务院联防联控机制要求农村地区扩大基层医疗卫生机构前急救的力量，每个乡镇卫生院和社区卫生院要配备一辆救护车，纳入各个县域的120急救系统统一调度。

1月7日召开的国务院联防联控机制新闻发布会上，国家卫生健康委基层司司长聂春雷表示，各级各类医疗机构要有专人负责接诊衔接，简化重症患者转诊流程，完善转诊绿色通道。对于高龄合并慢阻肺、糖尿病、心血管疾

病等基础性疾病的感染者，第一时间要转诊到有救治能力的医疗机构，可以直接转到三级医院，不一定要层层转诊。

聂春雷表示，农村地区关口前移的核心是落实早发现、早识别、早干预、早转诊，对65岁以上的老年人、孕产妇、儿童、残疾人等重点人群进行一对一包保联系，每周联系服务不少于两次，及时发现问题，及时处置。

此外，还要加强对农村重点人群的健康监测，对可能出现的新冠重症风险的苗头和倾向性症状，要及时识别，及时给予指导和转诊。

聚焦XBB的输入风险和城市污水病毒监测

1月8日的国务院联防联控机制新闻发布会上，中国疾控中心病毒病所研究员陈操表示，多项研究结果表明，和新冠病毒原始株、世界卫生组织此前公布的关切变异株以及奥密克戎早期进化分支相比，XBB进化分支的免疫逃逸能力明显增加，这也导致了XBB毒株在美国等国传播优势呈现明显增加的趋势。

截至2023年1月7日，全球已在35个国家和地区监测到了XBB.1.5。美国疾控中心预测，未来几周之内，XBB.1.5有可能会取代当前流行的BQ.1和BQ.1.1，成为美国的优势流行株。

乙类乙管之后，我国不再对入境人员和货物等采取检疫传染病管理措施，有公众担心，XBB毒株会很快在中国传播。对此，陈操表示，我国对国际上流行XBB系列变异株的国家新出现变异株的流行态势，新变异株的传播力、致病力和免疫逃逸能力开展动态监测，以防范和研判这些变异株输入我国的风险，并针对性地建立了应对流行的预案。

在新公布的第十版防控方案中，要求动态监测新冠病毒变异情况。1月8日召开的国务院联防联控机制新闻发布会上，国家疾控局监测预警司司长杨峰表示，疫情防控进入新阶段以来，疾控部门进一步完善新冠病毒变异监测的工作方案，在原有工作的基础上，加强了入境人员、就诊患者、重点场所和重点人群的采样送检和测序比对工作。

值得注意的是，第十版防控方案在病毒监测预警方面增加了城市污水监测的有关要求。杨峰解释称，在污水处理厂开展新冠病毒的监测，可以评估更大辖区范围内人群新冠病毒感染的趋势变化，适用于更长时间和更大范围的监测。

杨峰表示，居民楼的污水监测可以更好地发挥预警作用。便于及时发现可能存在感染者

的区域，再进一步追踪发现阳性感染者，进而采取相应的控制措施，主要应用于疫情早期尚未出现大范围流行时。

杨峰说，现阶段，我国内地新冠病毒感染仍处于流行阶段，所以选择在有条件的城市开展污水监测工作，来辅助评估新冠病毒感染疫情流行强度、变化趋势等情况，为疫情研判和防控工作提供科学依据。

避免前往疫情高流行地区探亲旅游，春运途中做好个人防护

第十版防控方案再次强调 每个人是自己健康的第一责任人。春运期间，出行人员该如何做好个人防护？在1月8日召开的国务院联防联控机制新闻发布会上，中国疾控中心传防处研究员常昭瑞倡导公众避免前往疫情高流行地区探亲旅游，也倡导一些疫情高流行地区的人员尽量减少出行，居家治疗的新冠病毒感染者非必要不外出探亲，出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状的人员在未排除感染风险之前避免乘坐公共交通工具，不前往人群聚集场所。自乘有较高感染风险的人员，应在排除风险之后再出行。

公众如果要出行，常昭瑞建议，行前一定要科学规划，提前做好攻略，了解目的地的疫情情况，尽量避免出行，避免前往人群聚集场所，降低感染风险。此外，要备足口罩、手消以及消毒纸巾等防护用品，以及体温计、抗原检测试剂盒、解热镇痛药物等，同时关注气候变化，备好保暖衣物，防止着凉。

在出行途中，公众要做好自我防护，在环境密闭、人员密集的场所，比如候机、候车室，乘坐飞机、火车以及地铁、公交车等公共交通工具时，要全程规范佩戴口罩。

在公共场所要保持合理的社交距离，减少近距离与他人接触。要做好个人卫生，尤其是随时关注手卫生，避免接触公共物品。咳嗽或打喷嚏的时候，要用纸巾或者肘部遮挡，将用过的纸巾及时丢进垃圾桶。如果接触到呼吸道分泌物，要及时洗手或者进行手消毒，在外或乘坐公共交通工具时，要尽量减少用餐次数，错峰就餐。尽量不去人员密集、空气不流通的场所。前往景区等公共场所，要遵守预约错峰的要求。

返乡或者返程后，要密切关注自身及家人的身体健康状况，如果出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状，要及时进行抗原检测或视情况就医。返乡返程初期，做好症状监测的同时，尽量减少与家里老人尤其是合并有严重基础性疾病的家人接触，接触时要规范佩戴口罩。

国务院联防联控提示 春节回乡这样防疫

走亲戚防控要点：

- 1 一定要做好手卫生
- 2 尽量减少在室内聚集的时长
- 3 通风和戴口罩可以有效避免新冠感染
- 4 尽量不要熬夜

有基础病老年人如何防护：

- 1 老年人抵抗力相对更弱
- 2 良好的营养可以增加身体抵抗力
- 3 应增加肉、蛋、奶等蛋白质的摄入
- 4 部分老年人感染后可能并不发热，如精神状态不佳、饮食差，要及时监测体温，低于35℃，要及时就诊

返乡人员到家后怎么做：

- 1 刚开始几天跟老人、孩子接触时，一定要戴好口罩、勤洗手
- 2 如果自己感觉有症状，赶紧居家隔离
- 3 如果症状较重或有高烧等情况，不硬扛、不盲目用药，及时就医，对症治疗
- 4 及时了解疫情防控相关规定，保持良好心态，不恐慌、不焦虑，不信谣、不传谣

信息来源：国务院联防联控1月7日发布会
整理：齐征 制图：张玉佳

关口前移 发挥中医药独特优势防重症

缩短病毒清除时间，中医药在新冠病毒感染治疗中有独特优势

国家中医药管理局副局长、中国中医科学院院长、中国工程院院士黄璐琦在发布会上介绍，经过3年的疫情防控，我国已经形成了一套中西医结合、中西药并用的中国方案，中医药在新冠病毒感染治疗中能够发挥独特优势。

黄璐琦说，对于轻型、普通型患者，开展以中医药为主导的治疗，可以缩短病毒清除时间，缩短患者住院时间，缓解患者临床症状；对于有可能转重的患者，及早进行中医药干预治疗，可以降低转重率；对于重型和危重型患者，可以开展中西医结合治疗，以便有效阻断或减缓重症向危重症的发展，促进重症向轻症的转变，降低死亡率。去年3月，世界卫生组织中医药救治新冠专家评估报告会对上述疗效方案给予了充分肯定。

此外，中医药在患者康复过程中也可以发挥优势作用。很多患者在核酸转阴以后还有咳嗽、乏力、出汗等症状，中医药可以对症治疗，发挥整体调节作用。

阻断新冠病毒感染从轻症转向重症发挥关键作用

阻断病情由轻症转向重症是降低死亡率的关键，在近期应对疫情的实践中，中医药在阻断新冠病毒感染从轻症转向重症的过程中发挥了关键作用。中国中医科学院广安门医院急诊科主任齐文升介绍，临床实践发现，通过一些中医证候能够及时识别容易发展成重症的高危人群，对于判断病情转重有指导意义。舌苔由薄转厚变黄，舌质的颜色由淡红转成紫红或者淡暗；高热持续不退；大便稀溏或者几天没有大便，并且伴有食欲严重下降，消化功能、吸收功能变差；出现明

显虚症，比如精神萎靡，一活动就喘促，语不接续，手脚凉，出冷汗，口干舌卷，尿少短赤等，这些中医证候都可以作为判断病情可能会转重的预警指标。

此外，中医治疗强调早期治疗、关口前移，在阻断病情转重方面具有优势。齐文升说，中医临床治疗有3个要点：一是尽快遏制热毒和湿毒邪。比如高热持续48小时的患者，每天要吃两剂中药，每2-4个小时就要服用一次，还可用中药药汤研服安宫牛黄丸退烧醒神；二是重视通腑法的使用。中医认为，肺和大肠相表里，肺气不通，肺气就不降，呼吸功能就不会改善，因此，中医认为调肠治肺或者肺肠同治是阻断病情转重的关键措施。所以，临床上如果患者大便不超过24小时，就要采用生大黄泡水或者研末灌服通便；三是强调早期扶正，全程扶正。在最近发生的疫情中，重症患者以老年人或者有基础疾病的患者为主，中医在临床发现，这部分患者在病情早期就存在着明显的虚证，所以中医认为早期扶正、全程扶正是防止病情转重的关键措施。

处理好邪正虚实的关系，防止邪气由表入里，防止逆传或者内陷，就能阻断病情由轻转重。齐文升总结说。

中医药在新冠重症患者治疗中效果显著

多次支援各地新冠救治工作的广东省中医院院长张忠德指出，疫情发生3年来，中医药在新冠病毒变异毒株重症患者治疗中取得了很好的效果，中西医结合的治疗方案能够让患者最大程度受益。

张忠德介绍，中医在重症治疗过程中能够解决患者的突出症状，例如高热、腹胀、便秘、胸闷、气喘和汗出等。张忠德说，中医对高热患者的治疗不是采用一味药或者一种手法，而是一套整体组合拳，包括中药汤剂、中成药、外治法、鼻饲、针灸、热敷等多种疗法。在高热患者治疗中，中药多频次、多组合的使用，能够在快速降低患者体温的同时，避免严重

损害患者的身体。

张忠德举例说，病人在使用机械通气或者面罩呼吸后，往往会严重腹胀，大便不通，血氧不好，呼吸急促，这时要想办法通胃肠腑。可以使用大承气汤、小承气汤来灌肠，或者用中医手法把病人腹部积聚排出，同时再给予病人独参汤、西洋参（单纯气虚的病人给予西洋参，阳虚的病人可给予小四逆汤配西洋参一起服用），病人胃肠通了，四肢暖了，血氧会上走，心率也会降下来。有一些重症和危重症患者，淋巴细胞很低，疲倦乏力，使用中医的独参汤，红细胞的回升就比较快，可以从危重型、重型转为普通型，从而减低死亡率。

张忠德介绍说，在德尔塔毒株流行时期，广州和兰州地区的重症率较高，有基础病的老年患者尤其多，当时采用的就是中医的治疗方法，宣肺、解毒、扶正，达到了扶正与去邪的平衡，取得了非常好的效果。

张忠德认为，在治疗重症的过程中，用中医的组合拳解决好危重症的症状，在现代医学的生命支持和呼吸支持下，发挥中医药的特色与优势，可以达到留命治病、治病不伤正的效果，为患者的后期康复打下基础。



1月3日，北京市朝阳区六里屯社区卫生服务中心，在发热及11类症状诊疗区中医诊室外，一位老年患者在等待就诊。
中青报 中青网记者 曲俊/摄

热煎药，并自拟了一种适用汤剂。很多人服用后，症状都有明显的改善，具体表现为退热快，对抗身痛、祛除咽痛。张连强说，一些抗原阳性的患者反映，在服药后的第三天就转阴了。乡卫生院给这个方子命名为“清肺抗冠方”，老百姓则亲切地称其为“强哥方”。

越来越多的新冠病毒感染者前来门诊购药，医院为了尽可能减少患者等待时间，将强哥方煎药成袋，让患者可以随到随取，并提供送药上门服务。张连强为了让更多患者少走弯路，开始通过微信诊疗患者。患者通过远程挂号就可以找到张医生看病，既减少了患者进医院的次数，也减少了医护人员们互相感染的机会。这次疫情也推动我们基层医疗机构在利用科技手段开展远程诊疗方面，做了一些创新。张连强说。

强哥方 暖了村民心

这里的中医科 国医堂，声名在外。这些年，国医堂主任张连强牵头在这里开展了方药治疗、针灸治疗、拔罐治疗、艾灸治疗、穴位敷贴治疗等，为患者解除身心痛苦，深得当地老百姓信赖。

2022年12月10日前后，在天津的农村地区新冠病毒感染者快速增多，张连强主张把传统中医药的作用发挥出来，早介入、早治疗。医院第

一时间推出了张伯礼院士的经典预防方，重在补气养阴，提高民众的免疫力，受到了村民的欢迎。一些村民反映连花清瘟等药品不好买，医院很快又推出了连花清瘟汤，给有需求的患者提供了更多选择。

这几天，天津市静海区杨成庄乡卫生院渐渐恢复了往日的秩序，前来看病的患者较2022年12月中旬疫情高峰时大幅减少。而中医科主任张连强的微信患者群依然很热闹，不断有新的患者加入问诊，更多的人是来求张连强亲拟的强哥方。

这家乡卫生院守护着周边13个村老百姓的健康，村民们平日有点头疼脑热，都会来这里求医问药。过去3年抗击疫情的过程中，这个农村基层卫生院在村民中持续开展宣传预防、核酸采样工作，有效扼住了疫情在辖区内的传播。

中青报 中青网记者 陈卓琼

这个冬日，3辆车、15个医护、近千公里行车轨迹，将江西省南昌市东湖区扬子洲镇15个村串联起来，构筑了一条特殊时期的健康专线。

2022年12月22日，东湖区第一辆发热流动诊疗车开进扬子洲镇上房村村民文化广场，医护陆续下车，摆放好药品、设备，在广场的空地上搭建起简易诊台，很快，闻讯而来的村民就排起了长队。

扬子洲镇被称为南昌的江中之岛，镇里人员分散，交通不便，医疗资源较为匮乏。近期，随着疫情的暴发，村里新冠病毒感染人数增多，村民医疗需求增大。

为了缓解大医院的接诊压力，避免出现医疗挤兑，东湖区卫健委决定通过发热流动诊疗车的方式为镇里15个村的村民送医上门。东湖区卫健委医政医管中医股股长吴炜告诉中青报 中青网记者：实际操作后发现，这种方式机动灵活，能最大限度地缓解村民就医难题，减少交叉感染。

起初，一辆租来的客车被东湖区卫健委以最快的速度临时改造成发热流动诊疗车。考虑到今后这项工作长期开展，也更符合使用要求，区卫健委将委属单位新购置的3辆救护车改造成了流动诊疗车。

扬子洲卫生院派出了最强的网格医师团队，进驻流动诊疗车。每辆诊疗车都配备了5名医护人员，其中包括至少一位全科医生。此外，诊疗车还配备了血压计、测温枪、心电图机等开展救治所需的设备，备有消炎镇痛类、止咳平喘类、止泻类、退烧类常用药品和抗原检测试剂。

半个多月来，流动诊疗车先后驶进扬子洲镇上房、滕州、新村、林场、熊万等15个村，接诊患者550余人，诊疗车累计行程近千公里。

大约每天早7点，诊疗车就从镇卫生院出发，医护人员的坐诊时间从上午8点持续到下午5点，每天约9个小时。诊台就搭建在村广场、村委会、村祠堂这些村民活动区。

工作近3年的罗艳说，自己还是第一次以这种方式为镇里的村民提供诊疗服务。罗艳是扬子洲卫生院的一名全科医生，这些天，乘坐发热流动诊疗车，罗艳为十几个村子的百余位村民提供了诊疗服务，最忙的时候几个小时都喝不上一口水，中午只能简单扒个饭。罗艳的感受是，很累，但也很充实，能实实在在地帮助村民减轻病痛，很有成就感。

出诊前一天，出诊医生都会提前和村干部沟通好出诊事项，对于村干部前期摸排发现的瘫痪、智力障碍、腿脚不便等特殊人群的就医需求，医疗队还会提供上门服务，免费发放健康包。

一些新冠病毒的感染者因为流动诊疗车的到来，得到及时救治。2022年12月28日下午，前洲村一位50岁上下的村民来到诊台就诊。这位村民脸色蜡黄、口唇发绀，咳嗽有浓痰，通过这些症状，罗艳初步判断她可能感染了新冠病毒，并已出现肺部感染。经过一系列问诊、问诊和抗原检测，最终确认这位村民已经感染新冠病毒8天。

此前，这位村民以为自己患的是普通感冒，吃了感冒药，还去村诊所输液，但是病情一直不见好转。在罗艳的建议下，她去了镇卫生院拍片子、测血氧、查血常规，进行了输氧输液治疗，现在肺部感染得到控制，已经康复回家。

连日来，扬子洲卫生院通过咨询专家，查阅资料，多方联系医药公司采购退烧药等常用药品，来保障诊疗药品的充足。罗艳回忆，开始几天是以片、粒为单位给村民开药，现在可以以盒为单位了。

对于一些轻症感染者，通过流动诊疗这种巡诊方式，现场看诊、开药、取药，病患在村、镇一级得以疏解。对于一些重症和危重症感染者，通过我们的诊疗能尽早发现，由下到上及时转诊。吴炜说。

定制健康包也为农村贫困家庭减轻了经济负担，缓解了病痛。一些村民感染后，既不去诊所，也不吃药，靠着土方硬扛。区里定制的健康包随着诊疗车下乡后，发放给村里的贫困户、特困户、孤寡老人、留守妇女等重点人群，截至目前，全区已发放健康包9000余份。

发

中青报 中青网记者 胡春艳

这几天，天津市静海区杨成庄乡卫生院渐渐恢复了往日的秩序，前来看病的患者较2022年12月中旬疫情高峰时大幅减少。而中医科主任张连强的微信患者群依然很热闹，不断有新的患者加入问诊，更多的人是来求张连强亲拟的强哥方。

这家乡卫生院守护着周边13个村老百姓的健康，村民们平日有点头疼脑热，都会来这里求医问药。过去3年抗击疫情的过程中，这个农村基层卫生院在村民中持续开展宣传预防、核酸采样工作，有效扼住了疫情在辖区内的传播。