

### 新观察

## 新一轮本土疫情多点扩散，“德尔塔”来势汹汹，专家提示——

# 打了疫苗也要做好防护

实习记者 韩毅 张帅康

南京、张家界、郑州……新一轮本土疫情多点扩散，均由德尔塔变异株引发。面对来势汹汹的德尔塔，我们要怎么防？德尔塔变异株又有什么传播特点？为什么打了疫苗仍会感染？

针对这些疑问，国务院联防联控机制日前就近期疫情防控和疫苗接种有关情况，专门召开了新闻发布会。国家卫生健康委疾控局一级巡视员贺青华、中国疾控中心研究员冯子健、中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆，以及十二届全国政协委员、科研攻关组疫苗研发专班专家组成员邵一鸣等专家，共同回答了媒体记者的提问。

### 德尔塔病毒拥有更强传播力和更大破坏性

记者：近日，南京发生本土聚集性疫情，在全国发现多起关联病例，请问南京的疫情与以往相比有哪些特点？

贺青华：这次疫情有三个跟以往不同的主要特点：一是这个疫情是由德尔塔变异株输入引发。这个德尔塔变异株病毒载量高、传播能力强、传播速度快，而且转阴时间长。二是时间比较特殊，正值盛夏暑假期间，旅游度假景区人员聚集。三是发生的地方是人口密集，而且流通相对很大的国际机场。由于这三个特点，现在疫情已经向省内其他地市或省外扩散，短期内仍然还会有继续向其他地区扩散的风险。

记者：此次南京疫情由德尔塔病毒引发，其也是目前全球最为流行的毒株之一。请问有没有德尔塔病毒的最新研究成果？它有哪些特点？

冯子健：综合目前的研究，德尔塔病毒株表现出以下几个非常明显的特征。

一是传播能力明显增强。根据世界卫生组织的研究，德尔塔病毒和其他的非VOC和老的病毒株比起来，它的传播率增加近100%，就是增加了一倍。同时，还有一个非常重要的指标就是传播速度，主要是它的潜伏期和代间隔都有所缩短，大概平均缩短了1~2天。过去每4、5、6天会增加两到三倍的病人，现在可能大概3天左右的时间就五六倍、六七倍的病人出现，所以现在防控的难度会加大。

二是它有可能导致疾病严重程度增加。在英国的研究中，发现德尔塔病毒患者疾病严重程度有增加的趋势，它与Alpha变异株相比，感染德尔塔变异株的患者住院风险增加了2.6倍。

三是目前现有的研究和观察也提示，新冠疫苗对预防德尔塔病毒的保护力可能会有所下降，但是现在的疫苗对德尔塔病毒仍然有良好的预防和保护作用。

### 接种疫苗也不能百分之百预防感染

记者：据报道，在新一轮疫情中，一些已经接种了疫苗的民众依然感染了，

为什么打过疫苗还会被感染？

邵一鸣：从目前全球的情况来看，出现打疫苗以后又被感染，我们叫作突破病例，它是一种常态，并不是例外。但是需要强调的是，出现突破病例，仍然是全球打了30多亿剂次疫苗中的少数。临床数据显示，任何一款疫苗都不能百分之百地预防感染，但总的判断，目前各种变异株仍然是现在疫苗可控的范围之内。

基于在境外大规模疫情国家开展的真实世界研究，特别是像在智利开展的一千多万人的研究过程当中我们看到，我们国家科兴公司的疫苗总体保护率在65%以上，对预防重症和进入ICU监护病房和死亡病例的保护率分别高达87.5%、90.3%和86.3%，这充分说明，我们国家的疫苗可以有效地降低住院、重症和死亡率。

王华庆：我想补充一下，疫苗接种必须和严格的防控措施并用，这才是防止疫情反弹的主要措施。因接种疫苗也不能百分之百地预防感染，在目前这个阶段，除了做好疫苗接种以外，对于个人来说，我们要持续做好个人防护，如戴好口罩，做好手卫生，在公共场所的时候要保持社交距离一米以上。另外，要常通风。

记者：有报道称，接种疫苗之后，抗体的有效期在6个月之后会出现衰减，请问疫苗保护率的持久性大概如何？

邵一鸣：目前我们国家各疫苗研发单位都在对接种后的人群开展跟踪研究。

新冠疫苗因为研发时间还比较短，所以对免疫保护的持续时间还在收集数据。已有的数据显示，与常规疫苗一样，新冠疫苗接种后，随着时间的延长，接种

者体内的抗体水平会下降。但是抗体水平下降，并不表示疫苗的保护力不存在，它降到什么样的水平保护力就会消失，目前还在收集数据进行研究。

免疫学的知识告诉我们，除了抗体，还有接种人群的免疫记忆也是非常非常重要的免疫保护。部分单位开展的加强免疫的研究结果显示，全程免疫后6个月到12个月，打加强针的话，可以在很短的时间内使中和抗体显著提高。这说明，疫苗第一阶段的免疫已经产生了非常好的免疫记忆，这种免疫记忆维持时间至少可以达到一年以上。

记者：据公开信息，目前国际上也有部分国家明确为民众提供新冠疫苗加强针的接种，请问我国在这方面有何考虑？

邵一鸣：目前看来，所有的疫苗在接种之后，抗体水平都会随着时间出现下降，但是免疫记忆仍然存在，所以一旦病毒感染了，能够在大概一周的时候刺激起很强的记忆反应，抗体会大幅度上升。

初步观察，对已完成免疫接种一年以上以内的普通人群，暂没有必要进行加强针接种。但是对完成免疫超过6-12个月，并且免疫功能较弱的老年人和有基础性疾病的患者，以及因工作需要去高风险地区工作的人员，在国内从事高风险职业的这些人群，是否有必要开展加强针，以及什么时候开展加强针的接种，正在进行研究。

### 暑期出行尤需做好个人防护

记者：现在公众们比较关心的是，暑

期我们还能不能出外旅行？出行如何做好个人防护？

冯子健：关于在暑期旅游旺季的疫情防控，有几点非常重要。一是疫情高风险地区的人员要取消外出旅行。二是其他地区的人员出行前要查询旅行目的地的疫情风险状态，要暂缓前去高、中风险地区旅行。三是无论到哪里旅行，都要做好个人防护。四是老年人、慢性病患者，特别是那些尚未完成新冠疫苗全程接种或者全程接种新冠疫苗但还没有满14天的老年人和慢性病患者，尽量不去外地旅行。

如果已经在旅行行程中或计划旅行，应特别做好个人防护：

首先是坚持戴口罩。要养成随身携带口罩的习惯，尤其是前往公共场所，特别是进入公共交通工具、电梯等密闭空间时，一定要佩戴口罩。

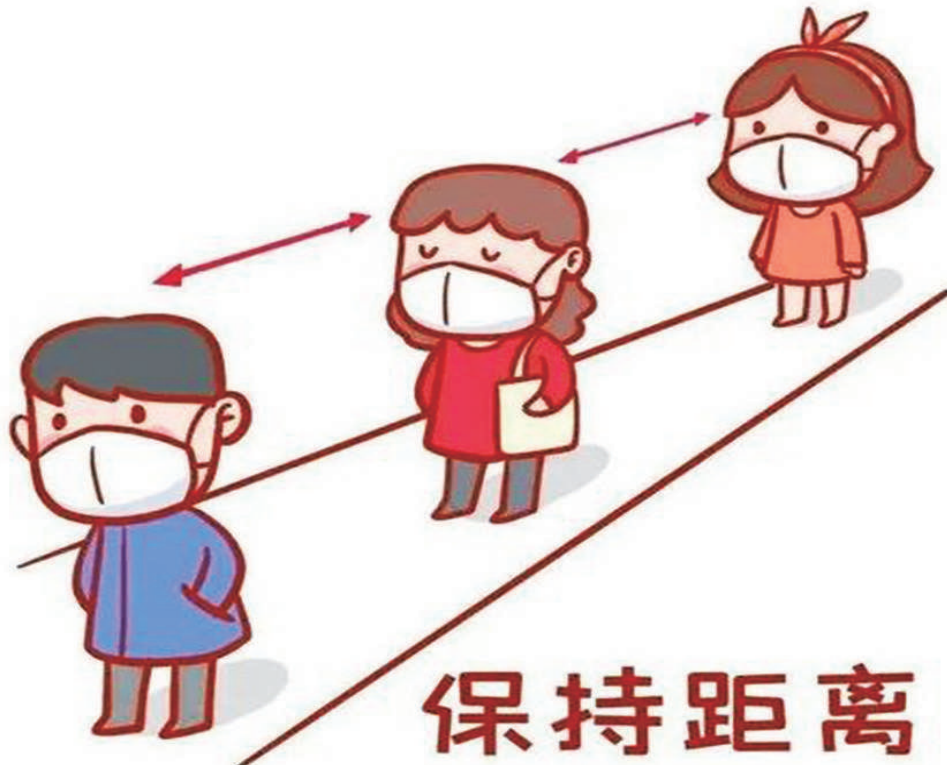
第二，要保持社交安全距离，尽量避免人群聚集。

第三，要注意良好的个人卫生，手卫生尤其重要。外出返家后，要及时用肥皂或者洗手液和流动的水来洗手，必要时使用消毒湿巾或者免洗消毒液进行消毒，避免用未清洁的手接触口、眼、鼻。

第四，要保持室内良好的通风，在居家和办公场所要保持良好通风，每天开窗通风不少于两到三次。

第五，自觉坚持安全出行，避免带病上班、上学。

第六，有发热、干咳、咽痛等呼吸道症状要及时就医，就医过程中要向医生报告自己跟高风险人员接触和到高风险地区旅行的经历，要提醒医生。



### 七日链接 QIRILIANJIE

## 第四届中国(甘肃)中医药产业博览会 8月下旬举办

本报讯(记者 刘喜梅)第四届中国(甘肃)中医药产业博览会新闻发布会日前在京举办。本届博览会以“弘扬中医国粹 推动高质量发展”为主题，由国家卫生健康委、国家中医药管理局、甘肃省人民政府共同举办，将于8月25日至28日在甘肃省定西市陇西县举行。

据介绍，博览会将举办中医药大健康产业发展论坛等系列论坛，以及中医药产业招商大会、中药材采购交易大会、中医药产品展览展示及中医药产业综合试验区建设观摩等活动，坚持产业发展与并重，展览论坛并行，强产业、延链条、引项目、拓市场，以促进中医药产业高质量发展。博览会期间还将举办中医药产业招商大会，以中医药产业项目为重点，开展招商引资、宣传推介、对接洽谈，签约一批市场前景好、产业带动强的项目。

“通过成功举办三届中医药产业博览会，甘肃省初步搭建了中医药合作交流的国际化平台。”甘肃省卫生健康委副主任、甘肃省中医药管理局局长刘伯荣在发布会上介绍，目前，甘肃省在白俄罗斯、吉尔吉斯斯坦、匈牙利、泰国等16个国家建立了岐黄中医学院或中医中心，诊疗患者2.2万人次，培训境外人员近1000人次；招收来自吉尔吉斯斯坦等国的中医专业留学生，派出专业中医药教师46人次开展国际学术交流等活动。

此外，甘肃省采取“以医带药”和“以药促医”等方式推动中药及中医器械的国际注册认证及推广应用，组织省内中医药企业赴多个国家参加国际防疫专业展会，开展对接洽谈、境外认证、商标注册等业务，有效拓展了中医药海外市场。

## 中医药全程介入四川绵阳首例 Delta 变异毒株新冠肺炎患者治疗

本报讯 “效果不错，炎症吸收和核酸转阴还需要一个过程，患者需要继续服用中药扶正排毒，调理善后，特别要注意防止复发。”7月26日，看到四川省绵阳市首例德尔塔变异毒株新冠肺炎患者经过中医治疗后的检测结果，绵阳市中医医疗救治专家组组长、农工党中央委员、市政协副主席沈其霖的脸上露出了笑容。

7月24日凌晨，沈其霖接到市卫健委电话告知，1名从南京返绵的市市民核酸检测呈阳性，已被收入绵阳四〇四医院丰谷分院隔离治疗，同时要求中医药专家第一时间介入诊治。

接到指示后，沈其霖立即与四川中医药高等专科学校校长王飞教授和市中医医院肺病科翼亮副主任医师取得联系，迅速成立了三人中医专家会诊组，并于8时赶到丰谷医院。专家组查阅了患者病历及检查检验报告，与患者视频连线，仔细询问症状。该患者大概率属于德尔塔变异毒株新冠肺炎(后经测序证实)，采用中医辨证论治介入越早，效果越好。专家组现场拟定了中药处方。两个小时，患者就服上了第一剂中药。同时，患者还与沈其霖互加微信，随时反馈服药反应。专家组根据情况随时调整治疗方案。

患者服药一天后，体温降至正常，症状明显改善。服药至第三天(7月26日)，患者表示，已无不适症状。经检测，患者各项炎症指标正常，肺部CT检查也没有了明显异常。目前，患者正处于快速康复中。

(孙亭婷 王隽 韩冬)

## 国家医保“亲情账户”在厦门率先落地

本报讯 医保电子凭证的推广应用，标志着医保支付从“卡时代”正式进入“码时代”，但是孩子、老人不会操作手机，如何绑定电子医保凭证？记者日前从厦门市医保中心了解到，国家医保“亲情账户”已在厦门率先落地，通过线上平台可帮助家人激活医保电子凭证，家里老人孩子购药、就医，也不用携带实体卡了。

据市医保中心相关负责人介绍，“亲情账户”是国家医保服务平台于去年开通的，可为参保人提供家庭关系搭建、授权管理、医保电子凭证代激活、医保电子凭证代展码等服务，家人用代展码就能就医、购药结算。

据了解，医保电子凭证由国家医保信息平台统一签发，是基于医保基础信息库为全体参保人员生成的医保身份识别电子介质，全国通用，异地就医亦可使用。厦门市各大定点医院仍支持实体卡就医，确保习惯使用实体卡的参保人正常就医，但若是出现忘带卡、卡丢失等情况，医保电子凭证便可派上用场。只需将医保电子凭证放在诊室的扫码机上一扫，医生电脑上就出现了和插入实体医保卡同样的界面，还可以看到“亲情账户”在其他医院就医时的剩余用药情况。

据介绍，目前，一期“亲情账户”已经正式开通，接下来厦门医保还将联合其他线上平台继续开发二期“亲情账户”，计划将一些没有民事行为能力家庭成员也纳入代展码的范围。目前，厦门医保“亲情账户”可在全市45家医院、300家门诊所、1252家医保药店使用。

(曾天泰 照宁)



## “吃喝”出来的肝炎

唐旭东

说到肝炎，大部分朋友都会谈虎色变，不少人印象中最为熟悉的慢性乙肝，这是自然，毕竟中国是乙肝大国。然而，当演员吴昕在节目中自曝自己因为过度保健而引发肝炎的时候，还是引起大家的惊讶，怎么肝炎还能吃出来呢？

鱼肝油、减肥茶、药酒、蜂膏、胶原蛋白口服液……近年来养生风潮大起，很多人都开始用保温杯泡起了滋补养生之品，但因为服用保健品而导致的药物性肝炎却呈现出逐年增高的趋势。这其中可能有产品质量的管控问题，也跟个人的基础体质相关。

“是药三分毒”，这不仅仅是针对西药，中药和保健品也在此列。根据文献记载，目前已知全球有1100多种药物具有潜在的肝毒性。常见引发肝炎的药物包括一些非甾体消炎药、抗感染药物(包括抗结核药)、抗肿瘤药物、降脂药以及各类的保健品和部分中草药等。在传统观念里，不少老百姓认为中药无毒，副作用小，但其实这是一个误解。在我国，最常见引起药物性肝炎的药物是抗结核

药、抗生素、中草药以及非甾体类解热镇痛药等。

譬如三七，虽然也有活血化瘀的功效，但是含有毒性，往往混入“三七”行列，伤人而不自知，其含有一种名叫“吡咯烷”的毒物，会导致肝窦和肝小静脉的内皮细胞损伤和坏死，进一步进展可出现腹水黄疸。这种损害多为无法逆转的损伤，最终往往发展为肝功能衰竭或顽固性腹水。

一旦诊断出来是药物引发的肝炎，则首先应该停用相关药品。肝脏是人体的最大解毒器官，大多数的药物或保健品都需要经过肝脏代谢才能为人体吸收利用，因此不管是西药、减肥茶、保健品，还是部分有毒中药，都有肝毒性的风险，都要把握适应证，不能滥用，更不能长时间、超剂量使用。

说到吃出来的肝炎，要讲一讲1988年上海的甲肝大流行。1987年年底，江苏启东毛蚶丰收，大量毛蚶进入上海市场。蚶肉含有大量的蛋白质和维生素B<sub>12</sub>，出于对美味的追求，很多食客用开水把毛蚶泡一下，加点调料便生食。固然这种方法保留了食

材的鲜美，但同时也让毛蚶腮上所吸附的大量细菌和甲肝病毒轻而易举地经口腔侵入消化道及肝脏，从而导致这场波及35万人的甲肝大流行。事后才得知启东近海水域当时大量毛蚶堆集达到一米之厚，长期受到粪便污染。这次大爆发使得大家开始意识到生食很可能携带病菌及病毒，开始重视口舌上的卫生，注意消毒、灭菌。

还有一类喝出来的肝炎，同样需要高度重视，那就是酒精性肝病。我国饮酒历史源远流长，写下了《酒德颂》的刘伶饮得杜康酒后大醉，在传说中居然被妻子误以为去世而葬。按照现代医学的计算来看，他的酒精摄入量一定是远超诊断标准的。一般来说，长期(超过5年)的饮酒史，每天饮酒男性超过40g、女性超过20g，极可能有患上酒精性肝炎的风险。酒精肝不仅仅直接损伤肝细胞，同时它还可能与脂肪协同作战，导致酒精性脂肪肝的产生，有数据表明，每天饮酒80克~160克的人，酒精性脂肪肝的发生率比不饮酒人群增长5~25倍。美酒虽好，也需谨慎啊！

脂肪性肝病，是单纯性脂肪肝、脂肪性

肝炎和脂肪性肝硬化的统称，分为酒精性和非酒精性两类。老百姓常说的“脂肪肝”，实际上是单纯性脂肪肝和脂肪性肝炎，症状上并不典型，有些朋友可能仅仅在肝功能损害时出现一些恶心呕吐腹胀的表现，有时是食欲不振，有些仅仅是表现出来疲乏乏力。往往在体检时才发现脂肪肝的存在。

脂肪肝多数情况下是可以逆转的，谈及脂肪肝的治疗，其实主要还是要落实到管住嘴上。这个管住嘴不仅仅是指严格戒酒，还要注意饮食搭配，应当以高蛋白、高维生素、高纤维、低脂肪、低糖量为主，同时应该节食、避免能量过剩，落实到实际中就是多吃杂粮、蔬菜水果，少吃油腻、煎炸等食物，从而避免脂肪堆积在肝细胞中，同时还要注意不要盲目用药来增加肝脏的负担。

此外，一定要“迈开腿”，加强运动。充裕的健身运动可合理降低不必要的人体脂肪、改进胰岛素抵抗，降低肝内人体脂肪堆积。在这方面向大家推荐比如慢跑、快走、游泳等运动方式，有实验证明人在标准游泳池中游泳20分钟所消耗的热量，相当于同样速度在陆地上的1小时。控制体重、肥胖者减轻体重，对于治疗脂肪肝大有帮助。什么样的运动强度才是合适的呢？对心率的把控可以作为一个重要的衡量标准，运动时，心率应维持在每分钟一百次以上，最高心率不超过二百减去年龄所得的数。而且运动后疲劳感以半小时内消失为宜，运动后有轻度的疲劳感，但是精神好，睡眠佳，恢复快，这就说明运动量是合适的。

## 天津市成立骨科加速康复联盟

本报讯(记者 李宇馨)白求恩·天津骨科加速康复联盟日前成立。该联盟集合了天津市骨科三甲医院，将通过“无痛、无应激、无并发症、好疗效”的治疗理念，减少手术对患者生理及心理的创伤和影响，减少术后并发症，达到快速康复的目的。

“好的医生不仅能够实施高难度、高精尖的手术，还可以用最合理、最简单、伤害最小的办法解决病人的痛苦。”中国工程院院士、白求恩公益基金会理事长邱贵兴表示，医生在治疗过程中，不论是开药、打针还是手术，都会给病人造成不同程度的损伤，因此，做任何一项治疗一定要做到尽量减少病人的痛苦，让病人能够早日康复，这就是加速康复的核心理念。

“白求恩·天津骨科加速康复联盟将科学、规范、有序地开展加速康复试点各项工作，通过扎实的公益举措提升医疗质量，改善患者就医体验。”骨科加速康复联盟主任委员、天津医院院长马信龙说，在治疗过程中每一步都提前想到、提前着手，并发症就会减少，患者的功能恢复就会更好，实际住院时间自然也就短，整体花费也就少了。