

聚焦 JUJIAO

“乙类乙管”具体怎么管？

本报记者 陈晶



据国家卫生健康委发布公告，经国务院批准，自2023年1月8日起，解除对新型冠状病毒感染采取的《中华人民共和国传染病防治法》规定的甲类传染病预防、控制措施；不再纳入《中华人民共和国国境卫生检疫法》规定的检疫传染病管理，开始实施“乙类乙管”。

“当前，我国疫情防控进入新阶段，面临新形势、新任务，工作重心从‘防感染’转向‘保健康、防重症’。实施‘乙类乙管’是综合评估病毒变异、疫情形势和我国防控工作等基础上作出的防控策略调整，是实事求是、因时因势优化完善防控措施的主动作为，是为了不断提升防控工作的科学性、精准性、有效性。”日前，国务院联防联控机制召开新闻发布会，国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长米锋表示，实施“乙类乙管”，绝不是放开不管，重点是强化服务和保障，仍然需要广大群众的支持和配合，要继续坚持近3年来养成的良好个人卫生习惯和健康生活方式，始终做好个人防护。

调整为“乙类乙管”绝不是被动放开

新冠病毒感染从“乙类甲管”调整为“乙类乙管”，具备了什么样的条件，使得这样的调整能够实现？“调整为‘乙类乙管’后，绝不是放任不管，并不意味着所有防控措施退出，而是要继续强化管理、强化服务、强化保障。”国家卫健委副主任李斌介绍，近3年来，通过对新冠肺炎“乙类甲管”严格管理，我们经受住了全球先后5波疫情的冲击，成功避免了致病力较强的原始株、德尔塔变异株的广泛流行，极大减少了重症和死亡，也为疫苗药物的研发应用以及医疗等资源的准备赢得了宝贵的时间，有力保护了人民群众生命安全和身体健康，统筹疫情防控和经济社会发展取得重大积极成果。

李斌进一步补充，当前，随着病毒变异、疫情变化、疫苗接种普及和防控经验积累，我国新冠肺炎疫情防控进入了新阶段，防控工作面临新形势新任务。我国密切跟踪病毒特点，研判疫情形势，加快疫苗接种和药物供给，加强医疗救治和防控体系建设，提升应急处置能力等因素，都为调整新冠病毒感染的法律归类创造了条件。实施“乙类乙管”是疫情防控策略的重大调整，将有助于更好地适应病毒变异和疫情形势的变化，有助于把防控资源更加集中到保护患有基础病的老人、孕产妇和儿童等重点人群，有助于更好地保障正常的生产生活和医疗卫生需求，有助于最大限度

减少疫情对经济社会发展的影响。

“乙类乙管”主要从四个方面调整防控措施

调整为“乙类乙管”，在防控措施方面有什么不同？“调整以后，在防控方面主要有四个方面的不同。”国家疾控局副局长高福介绍，一是在传染源发现方面，主要是通过医疗机构就诊、居民自我健康监测、重点人群检测等方式来发现感染者。二是在传染源的管理方面，对发现的无症状感染者和轻症病例采取居家健康管理。三是在社会面的防控方面，社会面的防控措施更多地集中在重点场所、重点机构、重点人群，取消或者减少对其他场所机构和人员活动的限制。四是在国境卫生检疫方面，对入境人员不再实施闭环转运、集中隔离等措施。

“调整为‘乙类乙管’绝不是放任不管。”国家卫健委疫情应对处置工作领导小组专家组组长梁万年补充道，在防控措施调整的初期，可能会出现感染病例的增加，继而可能会引发药品的供应不足，部分地区产生医疗挤兑甚至会引起公众的恐慌等现象。应该将工作重心从防感染转移到医疗救治上来，工作的目标是“保健康、防重症”，确保防控措施调整转换的平稳有序。要加强疫苗接种，特别是老年人、慢性病患者等人群的疫苗接种；加强药品的供应保障；完善

医疗机构分级诊疗机制，优化配置医疗资源，加强基层诊疗能力建设，统筹新冠肺炎感染者的救治和日常医疗服务保障工作，尽最大可能不影响正常的医疗服务需求。

多措并举扩充医疗救治资源

调整为“乙类乙管”之后，我国的医疗储备又是否能满足救治需要呢？“我们采取了多种措施，指导地方不断扩充医疗资源，扩大我们的医疗服务供给，满足患者的诊疗需求。”国家卫生健康委医政司司长焦雅辉介绍，在扩充发热门诊医疗资源方面，要求二级以上医院和所有基层医疗卫生机构都要开设发热门诊或者发热诊室，应开尽开、应设尽设。同时简化发热门诊的就诊流程，增加药品配备，提高发热门诊医疗服务效率。在推行分级诊疗方面，充分发挥城乡三级医疗服务网络的作用，各级医疗机构各司其职、各负其责，为患者提供分层分级的医疗救治服务。在提供互联网诊疗服务方面，为发热患者提供线上咨询和用药指导，开具相应的处方，利用线下第三方配送，来满足患者的用药需求。同时，多渠道增加药品供给。对于重症患者救治方面，扩容全国的重症医疗资源，扩容和改造定点医院、亚定点医院，同时增加二级医疗机构的重症资源，重点拓展三级医院的重症医疗资源，包括床位、设备以及人

员培训。三级医院要发挥重症救治的兜底保障作用。

“强烈建议或者呼吁老年人能够加强疫苗接种，预防和降低重症和死亡的发生。”焦雅辉强调。

“乙类乙管”后，更要做好个人防护

调整至“乙类乙管”后，是否需要强调个人防护？“实施‘乙类乙管’之后，社会面的传染源更加不确定，更要做好个人防护。”中国疾控中心传防处主任医师殷文武强调，要坚持规律作息、锻炼身体、健康饮食、戒烟限酒，保持良好心态，做自己健康第一责任人。

“同时，应该讲究卫生，注意自己的个人防护，要勤洗手、遵守咳嗽礼仪，居室保持清洁、常通风，必要的时候使用消毒剂。特别是在前往人群密集场所或者乘坐公共交通工具时，我们还是要规范佩戴口罩。”殷文武提醒，还应积极接种疫苗，提高自己的抵抗力，没有禁忌证、身体条件允许，特别是老年人，要尽快地接种。如果达到了加强接种的条件，也要尽快加强接种。并做好健康监测和居家治疗，如果有症状加重的情况，要及时到医疗机构就诊。

“在疫情流行期间，还是要减少外出，减少聚集活动。如果要上班通勤的话，最好是保持‘两点一线’。”殷文武建议，对一些重点人群，像有基础病的老年人，还有儿童、孕妇等等，在疫情期间的最好少外出、少聚集。

快讯 KUAIXUN

“数字化”让养老服务更贴心

本报讯(记者 陈晶 田福良)“一键呼”让老人享受及时的医疗、就餐等服务；智能医养机器人可提供远程医疗等多项服务……如今，“数字化”让养老服务变得更方便、更贴心、更温暖，也让老年人充分参与并享受了数字生活带来的便捷和乐趣，进一步提升了老年人获得感、幸福感和安全感。

“党的二十大报告中，习近平总书记进一步指出，要‘增进民生福祉，提高人民生活品质’，要‘实施积极应对人口老龄化国家战略，发展养老事业和养老产业，优化孤寡老人服务，推动实现全体老年人享有基本养老服务’。这些重要论断为我国的养老事业与养老产业发展指明了政策方向，把积极应对老龄化提到了国家战略的层面，进一步确立了政府在应对老龄化、发展养老事业和养老产业中的引领作用与保障监管作用。”北京市通州区作为北京城市副中心，在积极应对老龄化、推进养老事业与养老产业方面作出了积极的努力。对此，北京市通州区政协委员、北京爱康普惠健康科技有限公司董事长陈莹对此深有感触。

“目前，通州区正在夯实‘居家为基础、社区为依托、机构为支撑’的三位一体养老模式，但在构建多层次养老服务体系，推进养老事业和养老产业中的整合、指挥、监管等方面还有许多不够完善的地方。”陈莹坦言，主要存在以下不足之处：养老事业产业在统筹协调与系统规划上还不完善；政府多部门的整合和协调一致上还有待完善；基础建设

和信息化建设投入预算支撑有待提升；医养结合、医疗资源的整合配套上还不完善；资源对接与企业力量等调配运用上还不充分。

如何破解这些难点问题？陈莹给出了自己的答案：

一是搭建智慧居家养老健康服务与监管平台。对通州区的健康护理、居家养老、助残等人员数据与信息，进行联网互动管理。

二是在平台上搭建服务供应侧与需求侧，运营健康护理服务。平台统一入口、统一管理。这样有利于拓宽老年人获取医疗基本知识途径；同时，各地民政部门要强化地方组织机构建设，充实管理队伍，规范居家健康护理与养老服务市场。

三是搭载平台，开展各类健康科普、养老科普，开展健康保护与慢病预防。同时，将各类慢病的预防通过健康设备与穿戴设备进行收集、评估，给予运动与膳食建议，从而达到慢病的预防管理。

四是联动民政、社保、残联、社会公益与企业力量，整合资源、整合预算，统筹降低健康预算、居家养老预算等。通过建立“智慧养老助残指挥平台”，整合这些力量资源，起到政府组织领导、各方参与的作用，也可将相关预算集中起来统筹规划使用。

五是用智慧平台加强部分健康老年人的再服务、再产业，将有利于发挥部分老年人的更多价值贡献。针对部分新近退休老人，其身体素质良好、知识经验储备丰富，具有一定再工作服务意愿，可以通过平台化建设提供人口，对接相关老人互助、创业与就业。

2022国际大健康峰会线上举办

本报讯(记者 陈晶)由凤凰网主办、凤凰网健康承办的2022国际大健康峰会日前举办，来自大健康领域学术界、媒体界和企业界的专家共襄盛举，为中国卫生健康事业的创新发展贡献智慧力量，探索大健康未来发展图景。本次峰会以“融合·创变”为主题，与会嘉宾从不同角度和全新视野，共同思考大健康产业在当下和未来的发展。中国老年医学学会、中国医师协会健康传播工作委员会、健康中国50人论坛为本次峰会提供学术支持。

健康中国50人论坛名誉主席张梅颖在开幕致辞中谈到，实现健康中国和现代化基础建设图景，就是要建立全覆盖全民、城乡统筹、保证公平适度、更有效率、更可持续、更为安全的卫生健康保障体系。“相信在不远的未来，定能够绘制出一幅以人民健康为中心、人人享有健康保障的美丽中国的现代化蓝图。”

全国政协人口资源环境委员会副主任、中国计划生育协会党组书记、常务副会长王培安在会上强调，中国14亿多人口占全世界人口的18%，维护好、保障好、发展好14亿人民的健康权益，将对全球发展产生重大而深远的影响。

“健康政策方面也要求各级党委政府把人民健康放在优先发展的战略地位，将健康理念融入各项政策及其制定过程，整个公共政策体系都要增加‘健康意识’，这也是健康传播工作的重要着力点。”国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长胡强强表示。

医学新知 YIXUEXINZHI

多吃三种食物，预防老人跌倒

老人跌倒十分常见，与多种因素有关，从预防的角度讲，增加肌肉和骨骼的营养是非常必要的。近日，日本九州齿科大学和东京保健大学等研究小组在《营养素》杂志发表的一项横断面研究显示，日本饮食模式与减少老人跌倒有关，其中鱼、鸡蛋和土豆三种食物，可明显降低老人跌倒风险。

研究小组以186名平均年龄83.0岁的社区老年居民(男性67人，女性119人)为对象，首先对口腔和全身健康状况进行评估，之后采用简易自填式饮食史问卷，调查和了解其营养状况，并使用适合日本的日本式地中海饮食评分方法

进行评分，分析和研究日式饮食与跌倒风险的关系。

结果表明，日本式地中海饮食评分与跌倒事件显著相关，评分每增加一分，跌倒风险可降低28%。在13种食物成分中，鱼、鸡蛋和土豆与减少跌倒有明显关系。同时还发现，动物蛋白、钾、镁、锌和胆固醇的摄取也与跌倒风险下降有显著关系。

研究人员认为，大约20%居住在社区的老人(≥65岁)每年都会摔倒，受伤频率随年龄的增加而上升。上述研究说明，日本饮食模式是预防老人跌倒事故的重要因素，其中密切相关的是鱼、鸡蛋和土豆三种食物，在生活中可注意选食。(宁蔚夏)

医学人文 YIXUERENWEN

疫情下闪闪发光的“男”丁格尔

魏征 赵丽新

急诊护理是一项充满挑战与压力的工作，尤其疫情防控期间，护士的工作时间更长，休息不规律，不仅需要体力、精力上的付出，还需要极大的心理承受能力。这时，男护士体力强壮、精力充沛的优势就体现出来了。在北京朝阳医院，如今越来越多的男护士活跃在急诊临床救治和护理一线。男护士们用爱心、细心和耐心照顾患者，承担了很多急难险重的任务。他们是护理团队中的宝贵“资源”，是负重前行、闪闪发光的“男”丁格尔。

急危重症患者的“守门人”

呼宝利是急诊医学科的副护士长，作为急诊医学科元老级的男护士，呼宝利身经百战。“阳性患者大幅增加，医护人员的工作环境和条件，同以往相比要困难一些。与病毒正面交锋，也是一项高难度、高危险性的工作，男护士在身体和心理上的承受能力，相对来说都要强一些。”呼宝利说，“现在疫情防控期间，必须展现男子汉的担当，所以我们一定得顶上。”

有一次，急诊来了一位垂危危象的患者，病情十分危重，并且患者及家属抗原检测为阳性。秉承着患者生命安全第一的想法，呼宝利立刻联系三线城市医生，立即将患者送入应急隔离诊室治疗。为了不误患者的救治，呼宝利不假思索，接过患者手中的医保卡主动为患者垫付医药费挂号治疗，并联系流水医生马上为患者开具相关检查，缴费、采血、做检查一系列操作一气呵成，并且全程陪在患者身边进行监护和心理疏导安慰患者，使患者第一时间得到有效治疗，保障患者度过危险期。在一切安排妥当后，老人的子女向急诊医学科的医务人员表示了感谢，并把垫付的3000元归还。“我就是急危重症患者的守门人，这是我应该做的。”看着患者体征稳定下来，呼宝利非常欣慰。

2022年12月起北京疫情迅速发展，大量阳性患者就诊等待救治，呼宝利和同事每天要负责数百名患者的分诊和护理工作。加之医护战友陆续被感染，急诊护理人员锐减，医院也立马调配人员支援急诊医学科。但由于前来支援的护士们很少有急诊工作经验，环境也不熟悉，一时无法上手

急诊护理工作。他不分昼夜守在科室，解决患者救治中存在的协调和技术问题。人员最紧缺的时候，只有呼宝利和另一位急诊本科的护士带领4名支援人员身着防护服，负责抢救室近40位患者的护理工作。

作为新任的副护士长，呼宝利以身作则，对每位支援人员认真指导，从仪器设备的使用到急诊护理信息系统的记录，事无巨细、面面俱到。直到患者病情平稳，一圈工作下来已经是下午3点，而此时呼宝利滴水未进，更不用说吃饭了。支援老师劝说他稍微休息一下，他也只是短暂休息后啃了两口面包便立刻回来工作，“我实在放心不下，我怕你们不熟悉压力太大，我少歇会儿不碍事。”呼宝利作为极少数未被感染的医护，笑称自己“身怀绝技”，已经进入抗疫“决赛圈”，为保证能稳定上岗，他在医院休息睡觉时都坚持佩戴口罩，这些也与他积极乐观的心态和扎实的防护标准密不可分。

作为男护士，更要冲在最前线

在疫情最严峻的时刻，大量患

者涌入急诊，日均急诊量可达到500~600人次。分诊护士除了需要正确分诊，还得识别出危重患者；由于就診人员激增，患者的候诊时间延长，导致患者和家属情绪急躁，还需要做大量解释性工作，工作量可想而知。李响作为一个90后男护士，自告奋勇地承担了分诊工作，他笑着说“我是男护士，不好做的工作我来承担”。在分诊台，李响不遗余力地耐心向患者解释，甚至会因为患者的理解和感谢而感到高兴，努力协调并维持急诊流水正常运行。

“孩子，你们辛苦了。”有一天在分诊台，李响由于讲话过多，咳嗽不断，一位年迈的老奶奶眼含泪花关爱地说：“那一刻就觉得再辛苦也值得。我们只是做好本职工作，让病患从医疗照护中最大化获益，自己也在其中收获了满满的感动和继续前行的动力。”李响说。

呼宝利、李响只是急诊30名男护士以及全院护理人员的一个缩影。“男”丁格尔们始终“医”无反顾，以最坚决的态度、最坚定的毅力冲在“疫”线，用实际行动守护着千万患者的安全，尽自己的全部力量去挽救患者的生命。

图说健康 TUSHUOJIANKANG



坚守“医”线 守护健康

社区是城市管理的最小单元，也是城市自治的基本细胞。元旦假期，当大多数人在温暖的家中享受着假期带来的放松和欢乐之时，各地社区卫生服务中心的医务人员都准时出现在自己的工作岗位上。他们舍小家为大家，用假日中的坚守、爱心和奉献守护着辖区群众的身体健康。图为北京市延庆南菜园社区卫生服务中心的医务人员在元旦期间值守。本报记者 贾宁 摄