

# 市疾控中心:变异株致病力和毒力较低,但传播力有所增强 “首阳”占多数 “二阳”症状轻



近段时间,来医院门诊看病的呼吸道疾病患者增多。

## “二阳”患者逐渐增多

近日,记者来到江门市中心医院发热门诊,看到陆续有家长带着发烧的孩子来就诊。在成人区,也有患者在等候就诊。该院感染科主任甄月映近期在发热门诊出诊,她说:“近一周发热门诊每天都有五六百人就诊,较之前有上升,其中儿童约占60%。”

新冠病毒感染者情况如何?甄月映告诉记者,现在发热患者不强制做核酸和抗原检测,只有在病情需要或患者本人要求的情况下,才进行抗原检测。目前,发热门诊每天有六七十人新冠抗原检测阳性,各个年龄段患者都有。

## 变异株致病力和毒力较低

记者从江门市疾控中心得知,5月以来,本土优势变异株由BA.5.2.48和BF.7.14及其亚分支转为XBB1.9及其亚分支。该变异株仍属于奥密克戎的分支,变异株致病力和毒力较低,但对疫苗有一定的免疫逃逸力,传播力有一定增强。

李世泽说,“二阳”和“首阳”的临床症状并没有太大差别,还是以发热、咳嗽、咽痛、鼻塞、流鼻涕、胃口不好、全身乏力、肌肉酸痛等为主要症状。但对于健康人群来说,“二阳”患者症状通常比

## “首阳”和“二阳”传染力一致

江门市疾控中心表示,“首阳”和“二阳”人群的传染力一致。感染者居家时,要注意多开窗通风,保持室内清洁卫生,与家人尽量减少接触。家人也要注意做好个人防护,比如勤洗手、多喝水,但不建议随意服用抗病毒药做预防。

疫情虽有起伏,但群众不必过于担心。因感染过新冠病毒或接种了疫苗加强针而形成的广泛群体免疫,对毒株的传播仍能起到较好的“屏障”作用。

者都有。

“4月底我们做了一周的分析,‘首阳’患者占绝大多数。5月以来,‘二阳’患者逐渐增多,但目前发热门诊还是以‘首阳’患者为主。”对此,甄月映也做出解释,“‘二阳’症状较轻,很多患者在家就能处理,不用来医院。”

类似情况,在江门市五邑中医院也有体现。记者了解到,5月以来,该院接诊的新冠病毒感染者呈增加趋势,其占发热患者人数比例由4月的0.25%上升到4.1%,其中,以首次感染的患者居多,各年龄段患者都有,但中青年和老年人

“首阳”患者轻,恢复也快。

这次很多人感染首先出现喉咙痛。甄月映表示,毒株不同,症状也不同。去年年底流行的是奥密克戎变异株BA.5.2.48和BF.7.14,现在是XBB系列变异株。

喉咙痛不一定就感染了新冠病毒。“不少病毒也会导致咽痛,如流感病毒、呼吸道合胞病毒、腺病毒等。”李世泽说,是否感染了新冠病毒,最好的确认方法是进行抗原或核酸检测。

此次感染有何感受?“全身痛,半夜

占大多数。

江门市疾控中心表示,从全市聚集性疫情感染个案构成情况来看,“二阳”大概占总感染数的1/3。

记者采访了解到,这波感染与去年年底相比,轻症患者较多。甄月映说:“患者症状较轻,处理起来简单,整体感觉没有去年那么重。”江门市人民医院呼吸与危重症医学科副主任医师李世泽也表示,门诊中轻症患者居多,重症患者主要是高龄老人,以及有慢阻肺、高血压等基础病的老人。

被痛醒,以前没经历过这么难受。”这是28岁的周森(化名)“首阳”的感受。

5月15日,刚下夜班的周森出现发烧,翌日一测抗原证实是“阳”了。他说:“倒是没怎么烧,但出现咳嗽、咽痛、精神差等症状,最难受的状态维持了3天。现在过了一周还是有点咳。”

周森告诉记者,平时他很少生病,去年那波他成功逃过,流感也没有“中招”,这次估计是身体抵抗力弱了。他说:“最近工作比较辛苦,夜班也上得多。”

行监测。孕妇感染后建议就医,在医生的指导下用药。

什么时候没有传染性?按照第九版诊疗方案,首先是症状要好转,比如体温正常三天以上,呼吸道症状已经消失或明显缓解。如果有肺炎的,在CT上看肺部的病变也开始吸收有好转。另外是两次核酸检测阴性,两次要间隔24小时以上,或者核酸CT值≥35。如果满足以上条件,传染性就已经非常低了。

# 冲刺阶段 吃好睡好

### 高考在即,医生为考生送上“健康锦囊”

## 拍打穴位舒缓紧张情志

近日,江门市五邑中医院治未病科陆续有高三学生前来就医,由于备考复习紧张,有的学生出现了烦躁、焦虑、失眠、胃胀、头晕、头痛等症状。

身体一旦有以上这些症状该如何缓解?江门市名中医、治未病科主任任小红针对前来调养的考考生,根据每个人的具体情况,总结出以下几种日常减压调养法:

一是转换心情,放松运动。午后、睡前:在教室或者楼道、饭堂周围,行走且配合深呼吸10分钟。晚饭后、晚饭后:在操场行走且配合深呼吸半小时。任小红表示,这种运动方式可以使高考前学习紧张、没时间运动的考生,达到放松和锻炼身体两不误的目的。

二是抓紧课间10分钟,穴位拍打舒缓紧张情志。1.轻轻闭目,均匀呼吸,单手指腹轻拍头顶百会穴36次。百会穴位于头部,两个耳尖的连线和前后正中线的交点。2.双手指腹轻拍头部侧面率谷穴前后36次。率谷穴位于头部,耳尖直上入发际1.5寸约两指距离。3.左手掌指呈弧状拍右肩井穴处36次,换右手掌指呈弧状拍左肩井穴处36次。肩井穴在肩上,当大椎穴(在后背正中线上,第七颈椎棘突下凹陷中,即低头时脖子后方隆起最高的骨头下方)与肩峰端连线的中点上。4.握拳,指背处轻叩心前处(膻中穴)36次。膻中穴位于前正中线上,平第4肋间,两乳头连线的中点。5.双拳轻握,同时轻叩两大腿中外侧36

## 痛经严重可口服止痛药物

“月经来了会影响高考水平发挥吧?”“痛经、腹泻、月经紊乱等,怎么办?”“有没有什么办法不来月经呢?”“听说吃激素类药物不来月经,会不会有什么副作用?”在江门市妇幼保健院妇科内分泌专科,前来咨询的考生和家长们问题一个接一个。

当生理期碰上高考,怎么办呢?该科医师黄洁琳表示,对于生理期反应不重的女生,不必用药物去调整月经周期。如果“大姨妈”安分守己,没有出现腹痛、头晕失眠、月经异常增多等情况,不影响正常的生活和学习,经期表现

平稳,这个时候保持乐观的心情,高考和“大姨妈”互不干扰,二者是可以和平共处的。

黄洁琳说,考前需要放松心情,用愉悦的心情迎接高考;若有轻微痛经,可以经前使用痛经贴或是在医生指导下使用布洛芬等止痛药来缓解疼痛,同时需要注意经期饮食,避免食用生冷食物等。

据悉,以下女生,可在医生的指导下,考虑用药物推迟月经周期:1.痛经严重,难以坚持长时间保持坐姿;2.月经量过多的女生;3.月经时容易出现头晕、失眠、严重情绪问题等症状的女生。

## 调整心态有“良法”

每年高考季到来,临床心理科考生的就诊量就会大幅上升,高考越临近趋势越明显,比较集中的就是考生的焦虑障碍。

近日,在江门市中心医院蓬江分院精神科,一位高三男孩由母亲陪同前来就诊。他表现拘谨腼腆,讲述时却情绪激动,时不时停顿思考。“静不下心,学不进去,思维迟钝,状态很差,每天自责,焦虑不安,吃不下饭,睡不着觉,害怕考试,不知道怎么办……”

该科副主任医师雷波介绍,广大考生在考前容易出现以下症状:情绪十

分焦虑,心理压力过大;注意力不集中,静不下心听课,越克制越反弹;反应速度慢,睡眠质量差,记不住知识点;厌学和怯场,挫败感强烈,心理负担重,甚至出现手脚不灵活、发抖、出汗等躯体症状。

针对以上症状,雷波介绍调整心态的“良法”:1.允许自己有焦虑表现,这是正常生理表现。适当的压力是推动我们行动的动力,把关注点放到每天的学习行动中。2.养成规律的生活作息,合理规划好学习、生活、睡眠等时间。3.劳逸结合,留出锻炼及业余爱好的时间,保证

身体的良好机能和状态。4.在感到焦虑时,学会自我调节的放松方法,如深呼吸放松、注意转移法、自我暗示法、冥想放松法等,以缓解焦虑情绪。

值得一提的是,家长需要尽量克制自身焦虑,保持愉快平和的心态,在做好后勤保障的同时,找孩子聊聊天,不做评判只表达感受,适时陪孩子进行户外活动。

若通过自我调节和老师、家长的帮助后,考生的考试焦虑症状改善不明显,可以向正规专业的医疗机构心理科求助,以便进行更深入的处理。

## 江门市居民健康素养知识竞赛 蓬江区选拔赛6月2日举行 奋进新征程 共筑健康梦

江门日报讯(记者/梁爽 通讯员/陈舒畅)为大力开展健康知识普及行动,提高城乡居民健康素养水平,推进健康蓬江建设,6月2日下午2点45分,蓬江区将举行江门市居民健康素养知识竞赛蓬江区选拔赛。届时,直播江门App将全程直播,敬请关注。

据悉,本次竞赛主题为“奋进新征程,共筑健康梦”。蓬江区通过村(社区)、镇(街)层层选拔,由棠下、荷塘、杜院、环市、白沙、潮连六个镇(街)各派出6名队员,包括城市居民和农村居民各2人、村医或社区医生1人、健康达人1人,组建代表队参加比赛。

本次现场竞赛共有两个环节,分为知识竞赛和情景剧演绎,其中,知识竞赛分为个人必答、团队必答、团队抢答等3个部分;情景剧为原创,以健康素养66条中的内容选材,辅助道具、服装和背景音乐等,由参赛队员精彩演绎健康知识。

此外,值得一提的是,非现场竞赛还设有“健康达人”项目,由每个镇(街)评选出一位“健康达人”参加竞赛,提交3分钟的短视频,传播健康理念。

竞赛结束后,将择优选拔优秀人员组成蓬江区代表队,参加市选拔赛。



## 江海首家“两院一体”公办养老机构开业 礼乐颐养院“医养结合”服务老人



护士为入住长者测量血压。

江门日报讯(文/图 记者/蔡昭璐 通讯员/李瑞香)日前,江海首家实行“两院一体”医养结合模式的公办养老机构——礼乐颐养院正式开业。礼乐颐养院由江海区委区政府投资建设,实施“医中有养,养中有医、两院一体”的新型养老模式。

据悉,礼乐颐养院建筑面积4982平方米,内设床位215张,是江海区探索“两院一体”医养结合模式的“试点医院”,也是该区开展医养结合能力提升工程的重点项目。该院颐养以“医养结合”模式为主体,面向生活自理、半失能、失能、失智老人群体,提供日间照料、短期、长期优质的医疗、养老服务。

该院颐养环境干净整洁,随处可见的绿植增添了活力,院内还有多功能活动室、康复室、棋牌室、书画室等供老人使用。同时,每个房间配备专业的医疗呼叫设备、紧急呼叫装置,面对突发状况,老人能通过“绿色通道”实现快速就医。

礼乐颐养院负责人麦芷媚告诉记者,医养结合是礼乐颐养院的服务特色。江海区中西医结合医院老年病科的医护人员免费为长者进行全面巡诊、体格检查、病情评估,并建立健康档案。

## 我市首例双耳同期植入人工耳蜗手术完成 7岁失聪男孩听到声音了

江门日报讯(记者/蔡昭璐 通讯员/管浩男)5月26日下午,我市首例双侧多道人工耳蜗同期植入患儿小陈(化名),时隔一个月后回到江门市妇幼保健院,进行人工耳蜗开机。7年来,首次听到儿子喊“爸爸”“妈妈”,陈先生夫妇激动万分。

“小陈,能听到声音吗?”现场,工作人员给小陈调试人工耳蜗,慢慢通过耳蜗给予声音,观察他的反应。当看到小陈点点头,表示能听到声音时,在场的人都松了一口气。

时隔多年再次听到声音,7岁的小陈显得有些茫然,不知所措,陈先生夫妇反而激动不已。“既紧张,又期待,又兴奋,开机前一个星期我都睡不好,就盼着这一刻。”小陈爸爸说道。

“儿子,跟着妈妈说。”小陈妈妈蹲在儿子面前,在工作人员的指导下与他交流。当小陈慢慢地喊出“妈妈”时,小陈妈妈喜笑颜开。这一声“妈妈”,她等了足足7年。

小陈是恩平人。小陈爸爸告诉记者,刚出生时,小陈听力检测提示有问题,但是家长觉得他还能听到,后来慢慢发现孩子不会说话。他懊恼地说:“我就是太相信长辈说的‘贵人语迟’了,要是早点干预就好了。”

后来,小陈被江门市妇幼保健院耳鼻喉科诊断为双侧极重度感音神经性耳聋,要恢复听力,只能进行人工耳蜗植入。经过多

对有慢性病、特殊病情的老人,医疗组重点监测、开展诊治。85岁的桂叔,有慢阻肺病史,双下肢浮肿5天,在江海区中西医结合医院院长麦国丰的指导下治疗,清肺明显;平叔经常腰痛,麦国丰为他进行手法按摩后,腰痛减轻了,弯腰时也不痛了。

养老,重点在“养”。礼乐颐养院还提供中医养生保健特色服务,为长者制定个性化的中医养生计划,以控制预防老年人常见的便秘、中风后遗症、缺钙性骨痛、胃肠道吸收障碍、睡眠障碍等疾病,提高老年人的生活品质。麦芷媚说:“中医师为长者提供针灸、推拿等保健服务,同时配备中医医疗,提高长者营养水平,为其提供舒适、健康、休闲丰富的养老生活。”

同时,该院还通过各种活动举措,为老人带去关爱:母亲节当天开展“浓情五月,感恩母爱”做汤圆活动;城西小学学生代表到院探望长者;推出视频探视服务,受到远在外市及境外家属的肯定。

麦芷媚表示,礼乐颐养院将继续优化管理、服务,为长者提供体贴入微的关爱,真正让入住长者实现老有所养、养有所医,从而颐养天年。

方了解,陈先生夫妇最终选择在江门市妇幼保健院做手术,并决定为儿子同期植入双侧人工耳蜗。耳鼻喉科主任李健忠介绍,与单侧植入相比,双侧同期植入可明显提高植入者的言语康复效果,尤其在嘈杂环境下,还可以让植入者具有良好的声音定位能力。同时,整体手术费用较分开两次手术将大大降低,并且治疗时长大大缩短,减轻患儿的痛苦。但双侧耳蜗植入技术难度系数大,对术者水平有较高要求,是目前国内耳蜗手术的技术前沿,省内仅有少数医院能够开展。4月22日,李健忠团队迎难而上,成功为小陈进行双耳人工耳蜗同期植入。这也是我市首例双耳同期植入人工耳蜗手术,标志着江门耳蜗手术治疗达到国内先进水平。

李健忠提醒,听障康复强调“三早”原则,即早发现、早治疗、早康复。人工耳蜗植入手术最佳年龄是1—3岁,因为这个时期是言语中枢发育最活跃的黄金期。特别是对于重度或极重度听力损失患儿,人工耳蜗植入时的年龄越小言语康复的效果越佳。



用观  
微信  
信扫  
一视  
扫频

在江门市妇幼保健院妇科内分泌专科,前来咨询生理期问题的考生增多。

高考即将到来,这场大考不仅是知识的比拼,也是一场“体力战”。考生只有吃好睡好,才能补充脑力、稳定情绪,发挥出最佳水平。这份考前“健康锦囊”,请家长和考生们查收!

文/图 江门日报记者 梁爽  
通讯员 管浩男 曹昆恒 林嘉怡