

“甲流”来势汹汹 专家支招科学应对

本报记者 苏国义 摄影报道



流感患者入院就医

提高 防灾自救能力 构建 坚强“护民之盾”

本报讯(记者 柏雪)3月1日是“国际民防日”,为进一步增强辖区群众的防空防灾知识,加强应对各类突发事件的应急能力,营造全社会关注人防、了解人防、参与人防的良好氛围,八公山区新庄孜街道团结社区人防工作站走上街头,开展以“普及防灾减灾知识 提高自救互救能力”为主题的“国际民防日”宣传活动。

当日上午9时30分,淮河早报、淮南网记者在八公山商业街看到,社区在路边搭设了宣传点并拉起了横幅,不少居民聚集于此,一边翻看《市民防空防灾手册》,一边聆听社区志愿者有关人防的宣传。

“社区人防是人防整体工作的‘神经末梢’,做好社区人防普及宣传,大力推进人防工作站建设,一直以来都是我们社区的工作重点。”采访中,团结社区书记马媛媛告诉淮河早报、淮南网记者,社区在市、区国防动员办公室的指导下,成立了以社区党总支书记为指挥长,党总支班子成员及志愿者骨干为主力的民防工作领导小组及志愿者队伍,高度重视人防工作,做到日常工作有检查督导,训练演练活动能整体带动。

为大力推进社区人防工作的全面开展,团结社区通过前期调查摸底,挑选了综合素质好、奉献精神强、热爱社区工作的居民,组建了一支团结社区人防志愿者队伍,组织安排人防志愿者队伍协助社区开展人防宣传教育、应急疏散演练及人防设施设备的维护管理工作。“我们依托社区新时代文明实践站平台,精准有效地开展志愿服务,有序推进教育宣传工作。”采访中马媛媛称,除了“国际民防日”宣传活动,之前社区还开展了“曾为戍边献青春 今为创城建新功”“培养公民法制素养 法制文化基层行”等内容丰富、形式多样的宣传活动,营造了良好的人人参与人防的社会氛围。

春天是流感的高发期,近期,我市各医院涌现大量甲型流感患者,如何科学应对“来势汹汹”的甲流?2月28日,淮河早报、淮南网记者就甲型流感的预防、治疗等问题,专访了安徽理工大学第一附属医院(淮南市第一人民医院)呼吸与危重症医学科副主任、主任医师方明。

方明介绍,流感病毒分为甲、乙、丙、丁四大家族,我们人类感染的主要是甲型流感病毒和乙型流感病毒,乙流相对比较少见,症状也比较轻。目前流行的绝大部分都是甲流,其中以甲型H1N1和甲型H3N2病毒最为常见。甲型流感是一种自限性疾病,免疫功能正常的人经过对症治疗,一般3到5天就会好转,但是一些高危人群要对甲流给予高度的重视。

面对甲流不可掉以轻心

方明说,甲流高危人群包括老年人,有慢阻肺、糖尿病、肥胖等基础疾病的人群及妊娠妇女、儿童等。世卫组织认为5岁以下儿童是流感最高危人群,尤其是小于2岁的儿童病死率较其他人群更高,小于6个月的婴幼儿感染流感病毒的风险比成人明显增高。目前流感发病最多的群体是儿童,特别是婴幼儿感染流感后,如果出现持续高热不退、嗜睡、食欲不振、反复哭闹或者出现呼吸急促、头疼等神经系统症状的,一定要及时到医院就诊,不能自己在家口服药物。婴幼儿患者感染后有可能合并脑膜炎,或者造成心肌炎、感染性休克等严重后果。成年人得了流感后也不

能大意,一定要注意休息,不能带病工作,否则在劳累情况下可能会造成病毒性心肌炎等严重后果。

“目前奥司他韦是治疗甲型流感非常有效的抗病毒药物,但并不是说感染了甲流就一定要用奥司他韦。奥司他韦不能自行使用,一定要按照医嘱使用。”方明特别提醒,一般在感染流感病毒的早期(48小时之内)使用奥司他韦抗病毒药物,会取得良好的疗效。一些重症的流感患者,过了48小时也可以使用,但轻型的流感患者,当病情已经好转后,就没有必要使用奥司他韦了。此外没有证据支持服用奥司他韦可以预防流感病毒,建议市民不可将其当成预防性药物使用,这样会造成抗病毒药物的滥用,危害身体健康。

如何科学预防甲流

“针对流感病毒最有效的防控方法就是接种流感疫苗。”方明建议,高危人群最好接种流感疫苗,科学预防流感病毒。接种流感疫苗的最佳时机是每年10月,因为流感疫苗接种后1—2周产生抗体,10月接种,可在当年冬季和第二年春季流感高发期到来时人体内已产生抗体,当然其他时间也可以接种。除了接种疫苗,预防流感还要注意锻炼身体,注意休息,增强抵抗力;家庭、办公场所等要定期开窗通风保持室内空气清新;注意勤洗手。方明特别提醒说:“飞沫传播是流感病毒传播的主要方式,在人群聚集的地方大家一定要戴好口罩做好防护,这也是有效预防流感的方法之一。”

民防知识进社区

本报讯(记者 李严 摄影报道)3月1日是第51个“国际民防日”,当日上午,市国动办、田家庵区国动办联合洞山街道黎明社区开展国防、民防、人防知识进社区活动。

“战时防空、平时服务、应急救援……”“老三防,即防原子、防化学、防生物武器……”现场,工作人员和志愿者们向居民们介绍防空防灾等相关知识,许多居民表示听后受益匪浅。陈琴是黎明社区居民,她说参加这样的活动非常有意义,让她了解到如何区分地下普通车位和人防车位及一些关于人员疏散、防灾、应急等方面的知识,都是跟居民们生活息息相关的,活动办得非常好。

在活动现场,工作人员和志愿者们除了向居民开展知识宣传外,还为他们发放了《市民防空防灾手册》,让居民们将“三防知识”教育带回家。据市国动办政策法规科工作人员介绍,他们今天在全市开展这样的活动,旨在加强人民防空建设,提高城市防护能力,当天除了进社区开展活动外,市国动办工作人员还兵分几路走进龙湖中学、田区十六小开展进学校活动。

