

德尔塔变异株为何传染性强？

专家权威解释如何防范



连日来,由南京禄口国际机场始发的新一轮本土新冠肺炎疫情,已蔓延至辽宁、安徽、湖南、北京、海南等十余个省份。经疾控部门确认,引起此次南京疫情的又是德尔塔毒株,而这并非德尔塔变异毒株第一次侵袭我国,此前广州、瑞丽的本土疫情均与之有关。

问题一

发生此轮疫情主要原因是什么？

据南京市疾控中心副主任丁洁介绍,参加CA910航班机舱清扫工作的保洁员在工作结束后,防护洗脱不规范,可能造成个别保洁人员感染,继而在保洁员之间扩散传播。此外,这些保洁员同时承担国际和国内航班的垃圾清运,机场其他工作人员由于接触保洁员或被污染的环境而感染。

另据南京市公布的机场部分感染疫情的保洁员行踪轨迹,这些保洁员大都每日往返于机场和家中,没有进行闭环管理。这导致疫情快速在家庭、社会接触中传播。

张家界魅力湘西剧场之所以出现感染,是由于存在活动人员密集、现场人多、观众未佩戴口罩的现象。

据国家卫生健康委疾控局一级巡视员贺青华介绍,此轮疫情传播有三个方面特点:

一是这个疫情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;三是发生的地方人口密集,而且是流通相对很大的国际机场。

由于这三个特点,现在疫情已向江苏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。

问题二

德尔塔变异株有哪些特点？

中国疾控中心研究员冯子健介绍,德尔塔病毒株具有以下特点:

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。之前,广东省暴发的德尔塔变异病毒引起的新冠肺炎疫情,传播动力学研究也提示,传染性比以前的流行毒株增加了1倍。同时,反映其传播能力的还有一个非常重要的指标——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。如果没有强有力的防控措施来干预,如果没有疫苗免疫来阻止它的传播,那么疫情的倍增速度会非常显著。

二是它有可能导致疾病严重程度增加。据相关研究发现,德尔塔病毒患者疾病严重程度有增加迹象,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。德尔塔变异株对病死率的影响,目前还没有获得明确的研究结果。

三是目前现有的研究和观察也提示,新冠肺炎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作用。

打疫苗啦！



问题四

不同技术路线的疫苗混合接种是否可行？

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆表示,目前我国在新冠肺炎疫苗接种过程中,不同技术路线的疫苗是不能进行替换的。假如有一些特殊情况,即用同一个企业的同一个品种疫苗不能完成,后续也要用相同技术路线的疫苗来完成接种。目前我国新冠疫苗接种还是要按照原先规定,不能混打。

问题五

当前疫情形势下如何加强个人防护？

中国疾控中心研究员冯子健提醒,当前疫情形势下,必须要加强个人防护:

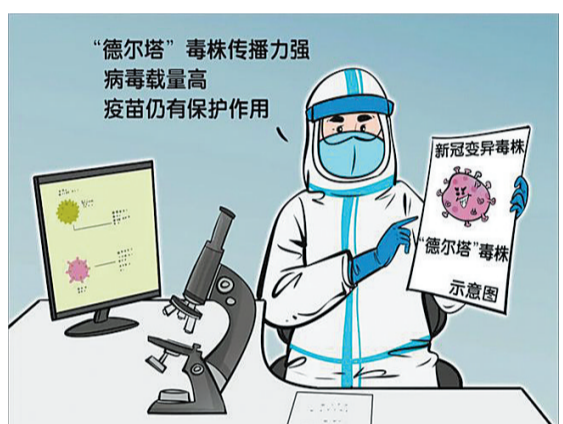
一、疫情高、中风险地区的人员要取消外出旅行。

二、其他地区的人员出行前,要认真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、无论到哪里旅行都要做好个人防护,包括戴口罩、勤洗手,尽量避免和减少到室内人员拥挤的场所。在室外活动,需要注意保持适当的人际距离。

四、老年人、慢性病患者,特别是那些尚未完成新冠肺炎疫苗全程接种或者全程接种新冠肺炎疫苗但还没有满14天的老年人和慢性病患者,尽量不要去外地旅行。

再次提醒:病毒变异如此“狡猾”,打了疫苗,也要戴好口罩,少聚集!



问题三

新冠肺炎疫苗对变异株的有效性如何？

中国疾控中心研究员、科研攻关组疫苗研发专班专家组成员邵一鸣表示,从目前全球的情况来看,出现打疫苗以后又被感染的情况,被称为“突破病例”,是一种常态,并不是例外。邵一鸣认为,即便出现突破病例,仍然是全球30多亿剂次接种疫苗人群中的少数。新冠病毒疫苗是第一次在人类使用,所以很多还是在数据积累过程当中。临床数据显示,任何一款疫苗都不是能够百分之百预防感染。总的判断,目前各种变异株仍然是在现在疫苗可控的范围之内,我们国家去年以来采取的防控措施也都是有效的。



健康聚焦



(据科普中国网 图片均为资料图片)

这些防护知识要牢记

肝脏是一个“超人”,身居要位,每天开足马力运转,承担着帮助人体代谢、排毒的重要任务。保护好肝脏,这些日常护肝小技巧请牢记。

保护肝脏

高危人群定期早筛

对于肝癌高危人群,一定要提高警惕,定期筛查,这样才能有助于早发现、早治疗、提升治愈率。

适当放松,避免压力过大

长时间处于较大的精神压力之下,对于肝脏健康是非常不利的。所以在繁忙工作之余,要学会适当放松,为肝脏“减压”。

多喝水

多喝水可补充体液,增强血液循环,促进新陈代谢,帮助肝脏排除一些毒素,减少代谢产物和毒素对肝脏的损害。

远离高脂肪、高热量饮食

想要肝脏健康,一定要养成良好的饮食习惯。少吃油腻的、刺激性的食物,同时还要远离高脂肪、高热量的食物,以免给肝脏造成额外的负担。

保持足够的睡眠

休息足够不仅能避免体力消耗过多,还能让肝脏的血容量增加。人体睡眠期间,肝脏也可以得到有效修复,并让肝细胞恢复正常。

保持适量运动

日常一定要坚持锻炼,这样才能提升人体的代谢水平,而且能够有效的防止肝脏脂肪堆积。

少抽烟、少喝酒

经常吸烟会让肝脏血管硬化,喝酒会让肝脏的负担加重,长时间如此很容易让肝脏受到影响而导致肝脏疾病出现。

多吃养肝的食物

在生活中有很多食物可以帮助养肝,特别是一些绿叶蔬菜,这些食物在进入肝脏后,可以起到补充营养元素以及减轻肝脏负担的作用。(据科普中国网)

科普园地

乐山市科学技术协会 协办



公众防护知识

10. 公务出行如何做？

专车内部及门把手建议每日用75%酒精擦拭1次。乘坐班车须佩戴口罩,建议班车在使用后用75%酒精对车内及门把手擦拭消毒。

11. 后勤人员如何做？

服务人员、安保人员、清洁人员工作时须佩戴口罩,并与人保持安全距离。食堂采购人员或供货人员须佩戴口罩和一次性橡胶手套,避免直接手触肉禽类生鲜材料,摘手套后及时洗手消毒。保洁人员工作时须佩戴一次性橡胶手套,工作结束后洗手消毒。安保人员须佩戴口罩工作,并认真询问和登记外来人

员状况,发现异常情况及时报告。

12. 公务来访如何做？

须佩戴口罩。进入办公楼前首先进行体温检测,并介绍有无中高风险地区接触史和发热、咳嗽、呼吸不畅等症状。无上述情况,且体温在37.2℃正常条件下,方可入楼办公。

13. 传阅文件如何做？

传递纸质文件前后均需洗手,传阅文件时佩戴口罩。(未完待续) (本报综合)

新冠肺炎防控知识 ⑨

对孩子“严厉的养育”可能会导致大脑变小

据外媒报道,根据发表在《Development and Psychology》上的一项新研究指出,不断地对孩子发脾气、打人、摇晃或大喊大叫,将影响青少年大脑结构。

“其影响远不止大脑的变化。我认为,重要的是父母和社会要明白,频繁使用严厉的教育方式会损害孩子的发展。我们谈论的是他们的社交和情感发展以及他们的大脑发展。”这项研究的论文首席作者Suffren说道。

严重的儿童虐待如身体虐待和精神虐待、忽视等,都跟日后生活中的焦虑和抑郁有关。之前的研究已经表明,经历过严重虐待的儿童的前额皮质和杏仁核更小,而这两个

结构在情绪调节和焦虑和抑郁的出现中,起着关键作用。在这项研究中,研究人员观察到,在童年时期多次受到严厉教育的青少年,即使他们没有经历更严重的虐待行为,他们这一大脑区域也会更小。

“这些发现既重要又新颖。这是第一次将不属于严重虐待的严厉育儿行为跟大脑结构的缩小联系起来,这跟我们在严重虐待行为的受害者身上看到的相似。”Suffren补充说道,2019年发表的一项研究表明,严厉的家教做法可能会导致儿童大脑功能的变化,但现在我们知道,它们还会影响儿童大脑的结构。(据科普中国网)

普及食品科学知识

努力提高安全防范能力



乐山日报公益广告