

服务台 同心守“沪”·你问我答

# 老人如何避免新冠感染?牢记防护五要点

■本报记者 唐闻佳

根据上海市卫健委昨天最新通报:截至目前,本轮疫情累计阳性感染者中,60岁及以上老年人占比19%,其中,80岁及以上老年人占比2%。国内外研究也表明,老年群体是新冠病毒的易感人群,如果被感染,不仅非常容易传给别人,自身也很容易出现重症化趋势。对此,昨天,上海市健康促进中心发布老年人日常防护五条需牢记的要点。

一是牢记个人防护要到位。非必要

不外出,不去人群聚集场所,即便是解封以后也要尽可能做到上述这一点。如果必须要出门,一定要记得规范佩戴口罩,口罩不要为了节约而重复使用。在做核酸检测时,特别注意不要去接触核酸检测的采样台,与其他检测者保持2米安全距离,回家后流水洗手,换鞋、做好相应物品的消毒。

二是牢记居家环境要清洁。多开窗通风,保持室内清洁卫生。收到快递后,先在室外用酒精湿巾或含氯消毒液擦拭消毒,再放在通风处静置半小时。

三是牢记营养摄入要均衡。注意补充适量的蛋白质、维生素。要多喝水,用水或盐水适当漱口,保持口腔湿润。

四是牢记锻炼运动要适度。在家里可以适当散步、做操等,衣服要宽松舒适,鞋子合脚牢固,不要穿拖鞋运动,以防意外跌倒和不必要的损伤。

五是牢记健康管理要坚持。保持生活规律,保证睡眠,尽可能保持愉快的心情,多与子女和亲朋好友沟通聊天。如果是有一些基础性疾病的,要对血压、血糖、心率做好自我监测和控制,按时服药。

截至目前,本市60岁及以上老年人群疫苗接种率62%,加强免疫接种率38%。根据国内外对老年人群新冠发病情况的研究,在全程接种以及接种了加强剂次新冠疫苗的老年人中,疫苗预防重症、危重症乃至死亡的效力非常明显,全程接种的效力超过了70%,接种了加强剂次后更是超过了90%。据此,市健促中心呼吁符合条件的老年人,未来在解封以及附近的接种点开放后,尽快预约接种新冠疫苗,如果已完成全程接种的老年人,在满6个月后尽快接种加强剂次。

## “老、小、孕、重”四大人群分类救治持续改善

# 市公卫中心7名80岁以上老人新冠治愈出院

■本报记者 唐闻佳  
通讯员 范怵怵

上海疫情防控正处最关键阶段,令人欣慰的好消息也不断传来。记者从上海市公共卫生临床中心获悉:昨天,有7名80岁以上老人新冠治愈出院,年龄最大者89岁。本轮疫情发生以来,市公卫中心收治的新冠患者中不乏90岁以上高龄老人甚至部分百岁老人,实现了新冠治愈。

除高龄老人,目前,作为上海新冠定点医院在市公卫中心还收治了大量合并多种基础疾病、孕产妇、血透等高危因素患者。在上海市、市政府的统筹部署下,在市卫健委和申康中心的组织协调下,医护救治团队全力护佑人民的生命健康。

### 严格落实分类、分层、分区收治策略

作为上海战“疫”的“主战场”,市公卫中心自2020年初至今,始终用初心使命守护上海城市公共卫生安全。尤其是今年3月以来,公卫中心新冠患者在院人数屡创历史新高。为全力做好集中收治工作,院方不断挖掘自身潜力,不断改造,优化临床布局,整个金山院区所有医疗区域均纳入闭环管理,用于新冠患者收治,在院病人数最高峰一度达到2300余人。

随着后备定点医院、方舱医院陆续投入使用,根据上级部门统一部署,公卫中心收治人群着重偏向“老、小、孕、重”四大人群,即高龄或合并严重基础疾病老人、儿童、孕妇、重症患者。

为此,公卫中心严格落实分类、分层、分区收治策略。其中,A区病房组负责收治重症及严重基础疾病患者,C区收治高龄、高风险因素患者,外科大楼收



医护人员在病床旁照护老人。

治孕产妇、外科手术患者,门诊急诊收治儿童患者及其家属,B区承担血透等其他患者的救治。此举不仅方便统一管理,更为实现集中专家和各类医疗资源提供空间优势。

### 早干预防止“重症化”

当在院患者数量处于高位状态,为做好关口前移,防止患者重症化,早在3月初,公卫中心就果断抽调全院各科室精锐力量,组建重症团队充实抗疫一线救治力量。当前,公卫中心党委副书记、呼吸与重症医学主任李锋率领着一支110人的公卫中心重症救治团队承担一个病区的重症救治任务。这支队伍具备ECMO、CRRT、呼吸支持治疗等重症医学救治能

力,并且自2020年疫情之初一直磨练至今,具有丰富的新冠重症救治经验。

公卫中心的救治团队不仅有长期进舱抗疫经验,且都参与过2020年上海抗疫初期的重症、危重症救治,临床经验丰富。整个3月期间,公卫中心依靠自身重症团队,密切关注各类高危因素患者,提前预警,保证治疗原发病基础上,给予增强机体免疫、抑制炎症反应、改善脏器功能等综合治疗措施,成功阻止了一大批患者的疾病重症化趋势。

同时,公卫中心在临床研究中发现,奥密克戎毒株早期更容易引发呼吸道症状,一线医生对有鼻塞、咽痛、咳嗽、低热等呼吸道症状的新冠患者,会尽早干预,从而减轻症状,抑制病毒复制,加速患者康复进程。

随着一线收治压力不断增加和重症危

重症患者的出现,在做好患者管理的基础上,公卫中心积极搭建救治平台,通过院内调拨和紧急采购,提前准备各类紧急抢救设备仪器,成功打造CRRT、ECMO、呼吸治疗师等重要的生命支持学科平台,为兄弟医院入驻支援打好基础。

### 6支市级重症团队进驻,“内外合力”护航生命

4月以来,随着重症患者增加,公卫中心经多方协调和筹措,快速添置10张调节体温的升降温毯、20台营养泵、10台CRRT、13台有创呼吸机、35台高流量吸氧、3台血气分析仪,为临床救治再添助力。

在市卫健委、申康中心的组织协调下,当前,除十院外,市六、市一、市九、肺科、胸科等5家市级医院派出重症团队整建制入驻公卫中心,闭环救治重症患者。

在临床救治中,公卫中心与支援医院重症团队按照一人一方案原则,动态调整救治力量,同时开展多学科专家会诊,针对重症患者伴随严重基础性疾病的特点,在积极治疗新冠肺炎的同时,予以呼吸机辅助通气、体外膜肺氧合(ECMO)、抗病毒、抗感染、对症营养支持等治疗。

临床救治全力以赴,专家团队倾注全力。针对当前重症患者,公卫中心救治方针始终汇聚各方专家力量,通过联合救治模式为患者生命保驾护航。在全国新冠肺炎救治专家的牵头和指导下,上海市级医疗救治专家组每日开展线上、线下查房,全面梳理在院患者救治情况。面对重症和疑难病例时,多学科会诊即时开启,所有与会专家均为上海市专科会诊专家库成员,学科涵盖神经内科、心内科、呼吸科、重症医学科、血液科、肿瘤科、内分泌科、老年医学科等14个专科。同时,由公卫中心院长、应急副院长牵头开展院内联合夜交班,全面汇总部署当日救治工作,不分昼夜竭力护航每一个生命!

## 华山医院宝山院区目前收治阳性感染者中,70岁以上老年患者超三分之一,90岁以上高龄患者有25位

# 91岁感染者误吞4颗假牙,内镜下紧急手术成功

本报讯 (记者唐闻佳)4月17日,华山医院宝山院区新冠收治定点医院为一位91岁高龄的新冠患者开展内镜下紧急手术,顺利取出其误吞入食道的4颗假牙。前天,好消息传来:老人已能进食流质,恢复良好。

这位91岁的新冠患者有糖尿病、高血压等基础疾病。4月15日凌晨,由于误吞4颗假牙,老人出现食管上段不适、吞咽疼痛等症状。根据CT检查提示,误吞的假牙长约4厘米,且正好卡在食管入口处。由于所在医院不具备紧急手术能力,经上级相关部门协调,老人被转运至华山医院宝山院区接受治疗。

院方相关负责人经过共同协商,第一时间协调老人转入医院。宝山院区副院长、院区内镜中心主任钟良认为,吞下的假牙卡嵌已有3天,越晚取出风险越大。如异物持续对周围组织造成损害,可能会引起穿孔、出血,甚至感染性休克死亡。多学科评估后认为,相较于外科手术的高创伤,对于91岁高龄患者来说,内镜治疗获益最大。同时,口腔科周艺生判断,患者假牙为烤瓷牙,两侧无挂钩,内镜取出时对于周边黏膜的损伤也相对较小。

决定手术方案后,相关科室迅速完善应急预案,并取得家属知情同意。术中,医护人员进镜至患者食管入口处,可准确观

察假牙正卡在颈段狭窄处,且周围食管黏膜已出现明显充血和水肿,形成溃疡。因食道此段本身极为狭窄,是异物最易卡嵌处,所以视野暴露差,器械操作空间非常狭小,尤其是在戴着面屏和护目镜的情况下,更影响医护观察。

在钟良远程视频指导下,赵现光医生稳、准地使用异物钳确定假牙上端凹槽狭窄处,姜华护士迅速闭合器械夹住异物。为防止食管划伤,两人轻柔而缓慢地拖动假牙将其取出,整个过程仅用时5分钟,配合相当默契。

为了防止异物取出后出现穿孔等症,医护人员再次进镜观察创面,确定无活

动性出血和穿孔表现后留置胃管,结束操作。患者很快清醒,待生命体征平稳后转送至病房,手术顺利完成。

华山医院宝山院区常务副院长、定点医院院长钦伦秀教授介绍,目前该院区收治的新冠阳性感染者中,70岁以上老年患者已超过三分之一,其中90岁以上的高龄患者有25位,且大多合并有其他基础性疾病。为保障医疗安全,提升救治能力,宝山院区已经按照原有综合性医院的配置,完成专科化转型;成立院内外专家团队,定期开展疑难、重症病例多学科线上会诊;针对老年病患,医院进一步提高查房频率,加强动态监测,给予人文关怀。

# 科技战“疫”,上海国资国企已形成一批技术储备

■本报记者 张懿

本月初,作为本市国资创投领军企业,上海科创集团下属超生物研发的新冠抗原检测试剂盒获得国家药监局注册证,成为全市首个获证的新冠抗原检测产品,同时也凸显出国企主力军在本次疫情防控阻击战中的科技“战斗力”。记者从市国资委获悉,上海国资国企目前已形成一批技术储备和创新成果,将为赢得与病毒的“竞速跑”、助力复工复产提供重要支撑。

早发现、早报告、早隔离、早治疗,是对抗新冠病毒的重要原则。除了催生首套“上海制造”的抗原检测试剂盒外,本市另一家老牌国企——华谊集团还在另一条赛道上加速奔跑,希望能够形成更灵敏的病

毒侦测力。目前,华谊集团中央研究院正着手研发“新冠N蛋白临床质谱同位素检测”的关键试剂。作为新冠病毒三大检测手段之一,这项技术的准确度不逊于核酸检测,甚至领先于核酸筛查。由于相关试剂原料目前仍高度依赖进口,华谊集团作为国家同位素工程中心上海分中心的依托单位,近日刚刚通过了一项关键认证。据悉,下一步还将继续加快开展工作,希望能为新冠检测提供更强大的技术支持。

如果说检测是发现病毒的前哨,那么,创新药物就是战胜病毒的终极法宝。这方面,上海国企也扮演着重要角色。特别是上药集团,正通过“老药新用”加快新冠药物研发。由于文强教授领衔的团队正对一款上市多年的老药——羟甲基香豆素,开展新的研究分析和小样临床试验。数据显示,该

药物有望缓解各种新冠症状,缩短康复周期。目前,该研究已申请专利并计划开展在更大人群中试验。

除了药物以外,数字化也是我们与新冠“竞速”的重要工具。以上海仪电为例,其中央研究院近日组建的AIoT(人工智能物联网)防疫突击队,快速研发了“随申码智能识别宝”。该设备使用一颗国产模组,就能实现随申码、核酸检测结果、抗原检测结果等多信息的一键获取,并可做到每天自动向管理者发送检测报告。类似的,联和投资公司信投牵头研发的“健康核验一体机”被誉为新冠防控的“数字哨兵”,它集考勤、门禁、测温、扫码等功能于一体,可识别随申码、身份证、社保卡、学生证、敬老卡等多种实体和数字化证照,有能力在核验身份的同时,自动调取随申码、核酸等防控关键信息,并在一两秒内完成

多种防控手段的复合使用。截至目前,该一体机已在政府机关和企事业单位部署超过100台,在提高防控效率的同时,也将降低不必要拥挤造成的感染风险。

随着上海近日的社会面新增感染者日趋受控,部分企业已在谋划复工复产。着眼于未来更有挑战性的常态化防控,本市国资国企在疫情防控中的科技“战斗力”已有所储备。

针对企业、园区在复工复产后的防控需求,东方国际集团下属上海复星时尚物业经营管理有限公司研发了园区智能网联中监控系统,可以通过智能网联技术,实时掌握在园人数、巡查清场进度等信息,从而形成动态的风险监管能力。该系统目前已覆盖全市9个区、22幢地块的981个点位,未来还可以根据全市最新的防疫策略,对所属园区防控工作要求进行“一键部署升级”。

■本报记者 张懿  
通讯员 李淳淳

“菜篮子”保供稳价意义重大,随着静态管理持续,作为蔬菜保供力量的重要一支,地产蔬菜的生产销售情况怎么样?记者昨天从松江区了解到,该区各蔬菜生产基地目前基本上已全员复工,生产经营状况稳定,青菜、杭白菜等新鲜当地菜正源源不断从各地送到各社区,而且因为运输成本下降、市场客菜日渐充裕等原因,地产蔬菜价格也出现回落。

据松江区农业技术推广中心蔬菜科科长唐纪华介绍,各蔬菜基地的人员复工率已超过99%;全区在田蔬菜面积有8600余亩,日供蔬菜在190吨左右。

价格方面,先看批发价,目前田头菜批发每斤在3元左右,相比去年同期的每斤2元有一定程度上涨,主要是因为市场需求集中,以及生产风险的提升。至于市民关心的市场销售价格,记者了解到,静态管理前,丰检合作社推出38元7个品种的蔬菜套餐,相对平价,后期因为封控带来的运送成本,以及生产经营风险上升等原因,松江地产蔬菜社区直供价格在每斤10元左右。

近期,因为社区集采模式的理顺、经营成本下降等原因,不少蔬菜基地已下调蔬菜供应价格。多吉利德农业科技有限公司推出的36元6斤的绿叶菜套餐,因为符合市场对平价绿叶菜的需求,受到欢迎。基地负责人马强介绍,由于运力不足,基地每日限定供应2000单,都会售罄。而家绿农业专业合作社、吾舍农场等基地也适时推出平价套餐。

另据记者观察,经历这次疫情,松江地产蔬菜基地的市场应对能力也有所提升。继2020年初试水社区直供之后,此次疫情中,家绿合作社的直供模式也更成熟,并借助原有的客户群,参与社区集采集送,更好满足了静态管理下居民对新鲜蔬菜的需求。同时,为了共同应对市场,各基地之间也加强合作。浦远蔬菜专业合作社是规模型的蔬菜生产基地,近期每日田头产出蔬菜15吨左右,供应丰检、吾舍农场等配送力量更充裕、市场渠道更成熟的基地。

稳定的价格需要稳定的生产和市场供应渠道。静态管理期间,松江区农业部门积极争取畅通农产品保供的运输“动脉”,其中,通过各个通道,发放了一批市、区的防疫保障临时通行证。

## 防疫不误农时 沪郊启动春耕

■本报记者 薄小波

4月17日下午,金山区廊下镇防范区内,一辆拖拉机开始在田间地头重新轰鸣,因疫情停摆的春耕备耕就此重新启动。在嘉定区外冈镇万亩粮田泉泾基地,戴好口罩的农机手前天也已驾驶着旋耕机进行翻地、平地、深松等操作。而奉贤区已第一时间制定了农业从业人员“白名单”,允许非涉疫原因被封控在村居的农业从业人员及时返岗,为田间耕翻、种子化肥等生产物资配送运输提供保障。

### 制定“白名单”,努力解决农民复工问题

奉贤区南桥镇华严村上海才娟粮食合作社负责人史金娟是入选首批“白名单”的农业从业人员之一,她介绍,往年4月初就要开始稻田耕翻,今年如果再拖延下去,不仅会影响第一批早稻的收割时间,也可能影响今年水稻的总产量。“我们心里也很着急,和村里沟通,村里也及时与镇农业中心沟通。”为此,奉贤区第一时间制定了农业从业人员“白名单”,目前初步确定区级跨镇农业人员232人、镇级跨村人员1606人,努力解决农民复工问题,保障农业安全生产。

入选“白名单”后,史金娟和几位农机手立即开始村里150亩水稻田的耕翻工作,而每天上岗需要有48小时内核酸检测阴性或抗原检测阴性证明,并实施“两点一线”管理模式。

史金娟说:“现在我们基本要完成第一次耕翻工作了,5月初再抓紧深翻,接下去就可以灌水,到5月20日左右就要播种水稻了。”奉贤区农资部门目前准备了2吨水稻浸种药剂,同时积极联系本地肥料生产商储备一定量配方肥,以满足当前生产需要。

### “两点一线”管理,不跨区域流动

在金山区廊下镇,农机负责人邱月良介绍,廊下万亩粮田好几块区域田中都有留菜的习惯,菜长成了大片菜花,这些菜花均可作为绿肥,减少化肥施用量,成为天然肥料。今年廊下镇全域共种植优质早熟节水抗旱水稻“八月香”1200多亩,每天可完成耕地60多亩。

“合作社现在在3位本地驾驶员,每天工作8小时,耕地200亩左右。镇农机中心一直在指导和关心我们农户的春耕情况,帮助我们保种保生产。”廊下万亩粮田种植大户沈喜良说。基地对返岗工作人员统一进行闭环管理,按时做好核酸检测和抗原自测,全部启用本村村民,做到不跨区域流动,确保春耕生产安全有序。

“目前主要是在做一些春耕的前期工作,包括清除杂草、整理田垄、进行土地翻耕等。我们基地共有1600亩水稻种植面积,准备用五六天时间,完成翻耕工作,后期更多农机将陆续进地干活,进度就会更快。”嘉定区外冈镇农机服务专业合作社社员黄雪华介绍。

“由于疫情防控,眼下我们合作社社员的出勤率受到一定影响,我们正在积极申请复工返岗,同时将严格落实疫情防控相关要求。”外冈镇农机服务专业合作社负责人孙佳悦介绍,将结合自身实际情况,采取统一安排住宿、“两点一线”农机作业、落实好48小时核酸筛查和每日抗原检测等疫情防控措施,确保恢复生产的同时做好防疫工作。

# 松江蔬菜基地复工率超百分之九十九