

新冠肺炎疫情犹如桎梏般困住了大家的脚步,却将人们对网络购物的依赖度推升到一个从未企及的高度。近日,有些市民发现网络购物平台有新冠病毒快捷检测试剂盒销售,在家即可自行检测。那么,这类快捷检测试剂盒靠谱吗?

在3月5日举行的上海市疫情防控工作新闻发布会上,上海市疾病预防控制中心主任付晨表示,不建议市民去网上购买所谓的快捷检测试剂盒自行检测。

付晨指出,如果有过到重点国家、重点地区的旅行史,或是有过接触确诊病人的情况,一旦出现发热或呼吸道症状,应尽早到医疗机构发热门诊就诊,而不是在网上购买所谓的快捷试剂,自行进行检测。

目前,经国家药监局批准的核酸新冠病毒检测主要有核酸检测和抗体检测。

核酸检测 需要有专门的实验室、检测试剂和仪器设备,还要由专业的实验室技术人员来操作。所以,一般个人无法做核酸检测。

抗体检测 该检测的操作比较简便,且速度较快。但是,抗体检测需要采集静脉血,也应由专业机构开展。

付晨强调,专业医疗卫生机构开展的检测工作都是使用经国家药监局批准的、有注册证的检测产品,以保证检测质量。网上销售的快捷检测试剂会存在以下3个主要问题。

●无法保证网上购买的试剂是否有经国家药监局批准的注册证,质量难以保证。

●抗体检测需要采集静脉血,若不是在医疗机构采血,会有感染的风险。

●抗体检测有窗口期,一般早期抗体要在有症状后的3~5天产生。所以说,由于窗口期的存在,即使检测结果为阴性,也不能排除感染的可能性。

鉴于此,不建议市民在网上购买所谓的快捷试剂盒,在家自行进行检测。

网购新冠病毒快捷检测试剂盒不靠谱

□记者 瞿乃婴



看病要“拎得清”

新冠肺炎疫情期间,就医看病成了一道令人纠结的选择题。为降低感染风险,原则上主张“非必须,不要去”。必须去医院时,尽可能按照预约时段和科室就诊;尽可能按照预检分诊要求就诊;尽可能避免人流量大时就诊。

除了以上3个“尽可能”,还有5个锦囊教你安心就医。

锦囊一:去医院前,先做功课。为减少就医人流、避免交叉感染,上海市卫生健康委、申康医院发展中心设立“上海市发热咨询平台”,开通热线电话33672885、33682885,以及“新冠工作室”微信小程序,为市民提供24小时在线咨询服务。许多医院开通了互联网在线咨询服务,市民可先通过网络、电话等途径,获取相关资讯。

锦囊二:熟悉就诊流程。当前医院门诊实行“全预约及实名制就诊”,请关注医院开放时间,分时段预约挂号,错峰就诊。分时段预约看病,既方便病人,也有利于医院管理。

锦囊三:注意个人防护。在就医时,要全程佩戴口罩、避免用手触摸眼口鼻、尽量少接触公共物品、及时洗手。有条件者,可随身携带免洗手消毒液,随时保持手卫生。

锦囊四:要配合医院的体温检测和健康询问。排队时,人与人之间保持一定距离,尽量减少在院时间。

锦囊五:回家后,立即更换衣物并洗手,丢弃佩戴过的口罩,并注意自我健康观察。

对于患有高血压、糖尿病等慢性病患者,谨记“药不能停”。若病情有变化或有疑问,可先与自己的家庭医生联系,也可通过线上医疗平台咨询。

对于需要接种疫苗的儿童,无需拖到疫情结束才去接种,只要根据预约通知前往或主动预约接种日期,即可前往接种门诊接种。不过,要尽量减少陪护人员。需要提醒的是,大部分情况下,接种程序中所规定的推荐接种年龄并不局限在某一天。只要仍在推荐接种年龄范围内,不会影响疫苗效果,不必过于担心。

对于被犬咬伤的患者,应立即前往上海犬伤处置门诊接受规范处置。

上海市健康促进中心 供稿

爱国卫生义务劳动热火朝天

□记者 宋琼芳

“学雷锋日”当天,一场场热火朝天的爱国卫生义务劳动生动诠释了广大群众坚决打赢新冠肺炎疫情防控这场人民战争的信心和决心。3月5日,根据2020年春季爱国卫生运动的活动安排,上海在全市范围内开展爱国卫生义务劳动,弘扬雷锋“全心全意为人民服务”的精神,创造卫生健康的生活与工作环境,扎实新冠肺炎的防控基础。

“我们与爱国卫生的缘分要从学生时代讲起。在20世纪六七十年代的‘除四害’运动中,抓老鼠、灭蚊子、挖苍蝇蛆,都是我们寒暑假的必修课。”52岁的张琪和58岁的徐弟弟师傅已经是上海市金山区张堰镇社区公益卫生保洁服务社里的“老人”了。他们曾每天背着30斤重的药水桶穿梭在各栋居民楼中,十几年来,他们已从当年的消毒专员成长为病媒生物防制能手。此次新冠肺炎防控工作中,老师傅们“重出江湖”,不变的是热忱服务和守护居民健康的心。

日前,爱国卫生运动在各区热火开展,宝山区爱卫办以全区500多个村居委、78家农贸集市为重点,集中组织统一开展,以清除卫生死角;虹口区爱卫办会同多部门和各街道以农贸市场和老旧小区为重点,落实各街道属地预防性消毒责任,督促生活垃圾日产日清;杨浦区爱卫办组织各街镇、居委集中清理房前屋后的卫生死角和滋生环境,针对小区绿化带、楼道、地下车库等开展卫生大扫除;青浦区练塘镇徐练村对村民宅前屋后、道路、河道及生产区域内农田、河道进行清理、保洁、绿化养护的基础上,特别加强对垃圾箱房、公共厕所、健身点等重点地方的打扫消毒。

“学雷锋日”当天,全市各级爱卫部门组织7948个小区、3万余家单位集中开展环境清洁活动,居村委、物业保洁及爱国卫生志愿者近20万人次参与,共计清理卫生死角和脏乱差环境2.9万处。上海各区党员干部、志愿者深入老旧居民区、农(集)贸市场、城乡结合部、背街小巷等重点场所,一起用双手净化环境、扮靓家园,改善居住环境质量,提升全民健康水平,共同助力打赢疫情防控的人民战争。

杀灭新冠病毒选择有效消毒剂

随着大家对疫情防控意识的提高,日常消毒成为许多人的必修课。不过,市面上五花八门的消毒剂并非都能有效杀灭新冠病毒。

新冠病毒对紫外线及热敏感,在56℃下保持30分钟,以及含氯消毒剂、75%乙醇、过氧乙酸等消毒剂均能有效杀灭该病毒。

那就让我们一起来看看,到底该如何选购有效杀灭新冠病毒的消毒剂吧。

有效的消毒剂

75%乙醇(75%酒精) 酒精分为工业酒精和医用酒精,医用酒精的主要成分为乙醇,工业酒精的主要成分为甲醇。75%乙醇的消毒效果最好,可以有效杀灭新冠病毒。

含氯消毒剂 这是溶于水产生次氯酸的消毒剂。日常常用的含氯消毒剂有84消毒液、漂白粉、含氯消毒粉和一些二氧化氯泡腾片(要按产品说明来稀释)。

过氧化物消毒剂 这是一类以过氧化氢、过氧乙酸为主要杀菌成分的消毒剂,这类消毒剂已被证实对新冠病毒有效,包含平时常使用的过氧化氢(双氧水)和过氧乙酸。但是,过氧乙酸一般用于工业和农业,不推荐一般家庭使用。

无效的消毒剂

酚类消毒剂 此类消毒剂以对氯间二甲苯酚为主要杀菌有效成分,市面上最常见的有滴露、威露士。不过,他们只能杀灭大肠杆菌、金黄色葡萄球菌、白色念珠菌等细菌,无法杀灭新冠病毒。

季铵盐类消毒剂 此类消毒剂以氯型季铵盐、溴型季铵盐为主要杀菌有效成分,但也只能杀灭大肠杆菌、金黄色葡萄球菌、白色念珠菌等细菌,无法杀灭新冠病毒。

氯己定 这是阳离子表面活性剂,具有相当强的抑菌性,对格兰仕阳性和阴性菌有抗菌作用,但无法杀灭新冠病毒。

乙醇类消毒剂的使用提醒

1.不要把酒精大量喷洒在婴幼儿和成人身体上,以免酒精过敏,也不易在室内大面积喷洒。

2.远离明火、不要靠近热源,酒精较易引起爆炸燃烧。

含氯消毒剂的使用提醒

1.含氯消毒剂刺激性强,使用时要避开皮肤和口鼻。

2.含氯消毒剂不能和洁厕剂、醋等酸性溶剂同时使用,容易产生有毒气体。

3.含氯消毒剂不能与酒精同时使用,消毒效果可能减弱甚至可能产生有毒气体。

4.含氯消毒剂对织物有腐蚀和漂白作用,不可以用于有色衣物及其他织物的消毒。

中国疾病预防控制中心提示,若没有陌生人、疫区回来的亲友或病人进屋,也没有人不适,便无需消毒,常通风、勤洗手、做好清洁就可以了。

上海市闵行区疾病预防控制中心 郭炜晴 杨琴文

本栏目由上海市预防医学会提供支持