

感染了出现发烧如何处理？如何判断症状加重需尽快就医？

——权威专家解答防疫热点问题

当前，新增感染者处于快速增长期，新一波疫情高峰来临，部分人群感染后出现临床症状，包括发热、肌肉关节酸痛、咽喉肿痛等表现。感染了奥密克戎变异株出现发烧如何处理？如何判断症状加重需尽快就医？围绕社会热点关切，国务院联防联控机制有关专家作出解答。

1.问：感染了奥密克戎变异株出现发烧如何处理？

答：如果感染新冠病毒后出现发烧、咳嗽、咳痰、咽痛、咽干等症状，可以对症用药，但是无须囤药或大量购买药物。

体温低于38.5℃的时候，可以通过适当多饮水、物理降温等方法缓解。当体温高于38.5℃时，或体温未升至38.5℃，但有明显不适、影响休息时，可使用退热药。

需要注意的是，退热药在使用时，一定注意每日的服药次数、最大服药剂量，尽量避免与复方“感冒药”等含有退热成分的药物联合使用。退热药大多都含有对乙酰氨基酚或布洛芬成分，如果只有发热，其他的症状不明显，可以选择其中一种单一药物即可。

2.问：感染后怎样更好康复？

答：目前奥密克戎变异株病毒致病力下降，大部分新冠病毒感染者都可以居家监测治疗。

感染新冠病毒后，居家监测治疗期间可能出现无力、疼痛、嗅觉味觉减退等功能障碍，大多会随着病情好转而缓解，如持续不缓解需要及时就医进行专业评估及处理。

假如遇到体温超过38℃，伴头痛、全身酸痛等症状：首要任务是休息。此时体能非常有限，很容易疲劳，需要合理安排自己必须完成的日常任务，保证充足的休息时间。例如，若高热期仍需要自己做饭，可以在各种降温措施的有效期即退热时间段内做饭、吃饭，之后马上继续卧床休息。

3.问：居家患者如何判断症状加重需尽快就医？

答：感染者如出现以下情况，应尽快就医：一是出现呼吸困难和气短；二是经过药物治疗后仍发烧超过38.5℃，持续3天以上；三是原有基础病加重，用药也控制不住，或出现心前区疼痛；四是儿童出现嗜睡、呕吐、腹泻、拒食等情况；五是孕产妇出现头痛头晕、心慌气短或者胎动异常等情况。

专家提醒，有呼吸疾病的患者感染后容易给原发基础疾病带来进一步变化，患者可以争取及时监测血氧饱和度，了解病情是否有变化。

（据新华社电）



天津：药企满负荷运转 全力以赴保供应

12月24日，在天津力生制药股份有限公司生产车间，工作人员在包装药品。近期，天津市医药生产企业生产线满负荷运转，加大退热、止咳等药物的市场供给。连日来，天津力生制药股份有限公司紧急追加采购原辅料，并将其他生产线的员工抽调至相关药品生产车间，全力以赴保供应。

新华社发

呼吸系统疾病、心血管病、肿瘤患者如何做好健康防护？

——权威专家解答防疫热点问题

冬季天气寒冷，又面临疫情风险，呼吸系统疾病、心血管病、肿瘤患者如何做好健康防护？出现哪些症状应及时就医？国务院联防联控机制组织相关领域权威专家作出解答。

●呼吸系统疾病患者如何做好健康防护？

北京协和医院呼吸与危重症医学科副主任徐凯峰介绍，患有慢阻肺、哮喘、肺纤维化等呼吸系统疾病的患者，一旦感染新冠病毒，呼吸道症状有可能加重。这部分人要特别注意做好几方面防护：

一是接种相关疫苗，除新冠病毒疫苗外，流感疫苗和肺炎球菌疫苗也非常 important。二是尽早戒烟，很多呼吸系统疾病患者有吸烟史，吸烟对呼吸道健康影响很大。三是日常对呼吸系统疾病做好控制，坚持规律用药。

日常生活中，还应坚持做好基础预防措施，比如戴口罩、少去人群聚集场所、勤洗手、多通风等。

●呼吸系统疾病患者出现哪些症状应及时就医？

徐凯峰提醒，有呼吸系统疾病的患者，自己或陪护人员应特别注意观察监测这些指标：

一是呼吸频率是否比平时更快，是否出现呼吸困难。

二是血氧饱和度是否明显下降，尤其是降到90%以下时，可能已出现严重肺部受损，一定要引起高度重视，及时就诊。

三是精神状态是否跟平时有很大不同，如果出现异常的精神萎靡，也是疾病可能加重的一项指标。

徐凯峰建议，有呼吸系统疾病的高龄患者，家中可准备便携式血氧仪，动态了解血氧水平。一旦发现症状加重，就要及时就医。

●心血管病患者如何做好健康防护？

中国医学科学院阜外医院心内科主任医师张健表示，感染奥密克戎后，一般情况下，过去持续服用的降压药等治疗药物应照常服用，不应随意停药。

张健介绍，日常的退烧药、感冒药，目前没有发现与常用的心血管病治疗药物有冲突。如果使用一些抗新冠病毒的药物，务必严格遵医

嘱或按照说明书要求，以规避药物相互作用带来的影响。

张健表示，部分患者如果感染了奥密克戎，饮食起居可相应略作调整，比如心衰病人日常不能大量饮水，此时应适量饮水。一些人虽然没有心血管病史，但康复期间也要注意多休息，避免过量运动导致心肌炎等疾病。

●心血管病患者出现哪些症状应及时就医？

张健提醒，冬季是心血管病高发的季节，一些感染容易诱发或加重心血管病。

张健表示，如果患者频频发生心绞痛，或感染奥密克戎后出现气短、心慌，就要注意基础疾病是否出现加重倾向。一旦感觉原有疾病加重，应及时到医院就诊。

●肿瘤患者如何做好健康防护？

中国医学科学院肿瘤医院肿瘤内科主任医师王燕表示，肿瘤患者如果不处于治疗期，面对奥密克戎，跟普通人的预防、治疗没有太大区别。

如果处于治疗期、正在接受放化疗等治疗，出现了一些呼吸道感染的症状，则要首先鉴别是否由新冠病毒感染导致。王燕提醒，肺癌患者容易出现发烧、干咳等症状，部分肿瘤患者正在做的抗肿瘤治疗也会导致乏力、肌痛、腹泻等反应，应注意区分。

●肿瘤患者出现哪些症状应及时就医？

王燕表示，不处于治疗期的肿瘤患者，日常可跟普通人一样进行症状观察监测，决定是否及时就医。

王燕建议，治疗期的肿瘤患者万一感染了新冠病毒，可暂时把抗肿瘤的放化疗或免疫治疗停一下。如果是新冠轻症，大约1至2周就能康复，不会过多影响抗肿瘤治疗。如果是新冠重症，优先治疗新冠，康复之后再去考虑抗肿瘤治疗。

（据新华社电）