

《新冠病毒感染者居家治疗指南》公布

国务院联防联控机制综合组12月8日公布《新冠病毒感染者居家治疗指南》，该指南适用于未合并严重基础疾病的无症状或症状轻微的感染者；基础疾病处于稳定期，无严重心肝肺肾等重要脏器功能不全等需要住院治疗情况的感染者。

《新冠病毒感染者居家治疗指南》

哪些新冠病毒感染者可以居家治疗？

未合并严重基础疾病的无症状或症状轻微的感染者。

基础疾病处于稳定期，无严重心肝肺肾等重要脏器功能不全等需要住院治疗情况的感染者。

居家治疗对居住环境有何要求？

在条件允许情况下，居家治疗人员尽可能在家庭相对独立的房间居住，使用单独卫生间。

居家治疗应准备哪些用品？

家庭应当配备体温计（感染者专用）、纸巾、口罩、一次性手套、消毒剂等个人防护用品和消毒产品及带盖的垃圾桶。

可以从基层医疗卫生机构获得哪些帮助？

基层医疗卫生机构公开咨询电话，告知居家治疗注意事项，并将居家治疗人员纳入网格化管理。对于空巢独居老年人、有基础疾病患者、孕产妇、血液透析患者等居家治疗特殊人员建立台账，做好必要的医疗服务保障。

居家治疗人员根据说明书规范进行抗原检测，必要时可请基层医疗卫生机构给

予指导。基层医疗卫生机构对有需要的人员给予必要的对症治疗和口服药指导。

社区或基层医疗卫生机构收到居家治疗人员提出的协助安排外出就医需求后，要及时了解其主要病情，由基层医疗卫生机构指导急危重症患者做好应急处置，并协助尽快闭环转运至相关医院救治。

基层医疗卫生机构和社区要将心理热线主动告知居家治疗人员，方便其寻求心理支持、心理疏导帮助。

居家治疗人员如何进行健康监测和对症治疗？

居家治疗人员应当每天早、晚各进行1次体温测量和自我健康监测，如出现发热、咳嗽等症状，可进行对症处置或口服药治疗。有需要时也可联系基层医疗卫生机构医务人员或通过互联网医疗形式咨询相关医疗机构。

无症状者无需药物治疗。

居家治疗人员服药时，须按药品说明书服用，避免盲目使用抗菌药物。如患有基础疾病，在病情稳定时，无需改变正在使用的基础疾病治疗药物剂量。

哪些情况下需要转诊治疗？

- (1) 呼吸困难或气促。
- (2) 经药物治疗后体温仍持续高于38.5℃，超过3天。
- (3) 原有基础疾病明显加重且不能控制。
- (4) 儿童出现嗜睡、持续拒食、喂养困难、持续腹泻或呕吐等情况。

(5) 孕妇出现头痛、头晕、心慌、憋气等症状，或出现腹痛、阴道出血或流液、胎动异常等情况。

居家治疗期间能否外出？

居家治疗人员非必要不外出、不接受探访。对因就医等确需外出人员，要全程做好个人防护，点对点到达医疗机构，就医后再点对点返回家中，尽可能不乘坐公共交通工具。

居家治疗期间有哪些感染防控要求？

- (1) 每天定时开门窗通风，保持室内空气流通，不具备自然通风条件的，可用排气扇等进行机械通风。
- (2) 做好卫生间、浴室等共享区域的通风和消毒。
- (3) 准备食物、饭前便后、摘戴口罩等，应当洗手或手消毒。
- (4) 咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮盖口鼻或用手肘内侧遮挡口鼻，将用过的纸巾丢至垃圾桶。
- (5) 不与家庭内其他成员共用生活用品，餐具使用后应当清洗和消毒。
- (6) 居家治疗人员日常可能接触的物品表面及其使用的毛巾、衣物、被罩等需及时清洁消毒，感染者个人物品单独放置。
- (7) 如家庭共用卫生间，居家治疗人员每次用完卫生间均应消毒；若居家治疗人员使用单独卫生间，可每天进行1次消毒。
- (8) 用过的纸巾、口罩、一次性手套以

及其他生活垃圾装入塑料袋，放置到专用垃圾桶。

(9) 被唾液、痰液等污染的物品随时消毒。

哺乳期母亲是否可以继续母乳喂养婴儿？

居家治疗人员要做好防护，尽量不与其他家庭成员接触。如居家治疗人员为哺乳期母亲，在做好个人防护的基础上可继续母乳喂养婴儿。

居家治疗人员如何进行抗原自测？

居家治疗人员需根据相关防疫要求进行抗原自测和结果上报。

可通过药品网络销售电商等购买抗原检测试剂，也可通过所在的社区（村）或辖区基层医疗卫生机构协助购买抗原检测试剂。

社区（村）和基层医疗卫生机构要为辖区内有需要居家治疗人员，特别是老年人，提供获得抗原检测试剂的便利。

居家治疗人员可以按照说明书要求和流程自行进行检测和结果判读，也可以联系基层医疗卫生机构签约服务医务人员，在其远程指导下完成检测和结果判读。

结束居家治疗有哪些条件？

如居家治疗人员症状明显好转或无明显症状，自测抗原阴性并且连续两次新冠病毒核酸检测Ct值≥35（两次检测间隔大于24小时），可结束居家治疗，恢复正常生活和外出。

据新华社

核酸检测如何优化 居家监测如何进行

——国务院联防联控机制新闻发布会回应热点问题

国务院联防联控机制综合组近日相继公布《关于进一步优化落实新冠肺炎疫情防控措施的通知》《新冠病毒感染者居家治疗指南》《新冠病毒抗原检测应用方案》等多个指导性文件。8日，国务院联防联控机制举行新闻发布会，就优化核酸检测、居家监测治疗、医疗机构疫情防控、老年人疫苗接种等热点问题作出权威回应。

核酸检测如何优化？聚焦较高风险区域和人员

“进一步优化核酸检测，强调要聚焦感染风险较高的区域和人员。”国家疾控局传防司一级巡视员贺青华说，主要从四个方面缩小核酸检测范围、减少频次。

一是不按行政区划开展全员核酸检测；二是除养老院、福利院、医疗机构、托幼机构、中小学等特殊场所外，不要求提供核酸检测阴性证明；三是不再对跨地区流动人员查验核酸检测阴性证明或健康码，不再开展落地检；四是根据防疫工作需要，可开展抗原检测。

针对需要按照有关规定进行核酸检测的高风险岗位从业人员，中国疾控中心研究员王丽萍介绍，重点包括两类：第一类是感染风险较高的，如入境人员、集中

隔离场所工作人员、发热门诊医务人员等；第二类是从业环境人员较密集、接触人员较频繁、流动性较强的，如商超工作人员、快递员、外卖员等。

医务人员如何减少感染？加强科学防护和资源调度

医务人员由于岗位特殊，每天会接诊大量患者，因此面临的感染风险极高。

“为最大限度减少医务人员职业暴露风险，医疗机构管理要做到一系列要求。”国家卫生健康委医疗应急司司长郭燕红说。

郭燕红表示，第一，要加强医疗机构重点区域管理，如发热门诊、急诊、病房。医务人员要科学做好个人防护，穿戴防护用品，努力将职业暴露的风险降到最低。同时，要加强医疗资源调度和准备。

第二，要落实好关心关爱医务人员各项措施，做好医务人员疫苗接种、健康监测，特别是要动态优化和调整医务人员编组、医疗力量配备和工作班次安排。

第三，医疗机构人流量大，脆弱人群多，因此进入医疗机构要查验48小时核酸检测阴性证明。患者要尽可能提前做好核酸检测或抗原检测。同时，一旦有急危重症，患者即便没有核酸证明，也以救治为

先，保证患者救治工作顺利开展。

哪些情况可居家监测？轻症和无症状感染者

“目前新冠病毒奥密克戎毒株的致病力明显下降，感染后大部分表现为无症状或轻型，所以重症病例很少。”北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强说，大部分新冠病毒感染者是可以居家观察治疗的，在此期间要做好个人健康监测，有问题随时联系社区医生，必要时到医院进行救治。

王贵强表示，居家隔离和观察治疗是为了更精准有效地分层救治。居家隔离人员要做好个人防护，和家庭内的成员尽可能少接触，如果接触也要保持一定的距离。

据介绍，居家隔离人员居住的房间要每天通风，最好单用卫生间，环境勤消毒。咳嗽、打喷嚏时，要拿纸巾盖住。同时，同住人员之间的个人物品不要混用，尽可能分开。

高风险人群防护怎么做？落实预防性措施、做好应急预案

老年人和儿童是疫情防控过程中需要特别关注的群体，而老年人又是新冠肺炎重症的高风险人群。对于养老院、福利院等特殊机构的疫情防控，郭燕红表示，要落实好预防性措施，做好应急预案。

在预防性措施方面，要提醒和协助老年人、儿童做好手卫生。工作人员要规范佩戴口罩，减少机构内人群聚集和流动，降低感染风险。

在应急预案方面，养老院、福利院等特殊机构要做好相关预案，一旦发生感染，要科学进行分区管理。必要时大型集中化养老机构可派驻急救车辆，确保感染老人病情加重时能及时转运至医院。

“希望老年人积极主动接种疫苗，为自己的健康护航。”国家疾控局卫生免疫司司长夏刚说，老年人等脆弱人群接种新冠病毒疫苗获益最大。下一步，将继续通过使用流动接种车、开设老年人接种专场和开通老年人接种绿色通道等措施，方便老年人接种。

居家治疗如何用药？对症用药、不必囤药

针对群众关心的居家治疗期间用药问题，王贵强表示，如果出现发热、咳嗽等症状，可以对症用药，但是不用囤药或大量购买药物。

专家提示，镇痛药有很多药名不同，但成分相同，不要混在一起服用，只服用一种即可。如果用多了、吃多了，会造成一系列不良反应。有基础病的人群，要保障好基础病用药，不能断药。同时，抗菌药物也要合理使用，不能滥用，一定要在医生指导下使用。

如果吃了药，情况没有好转怎么办？专家建议，如出现呼吸困难和气短、原有基础病加重、持续3天以上发烧超过38.5℃等情况，应及时联系社区医生。若病情加重，可直接联系120及时到医院进行诊治。

据新华社

