

# 新冠肺炎或长期流行

2月19日,中国科学院院士、中国疾病预防控制中心主任高福在《中国疾病预防控制中心周报(英文)》上发表题为《新冠肺炎:漫长的一年,之后呢?》的文章。

高福指出,中国疾控中心一直在密切监测疫苗接种率和免疫后的不良事件。截至2021年2月3日,我国已接种3100万剂新冠灭活疫苗,接种对象包括一线医护人员、冷链行业工作人员、海外工作或学习的人员等,不良反应率不高于流感疫苗,这证明了新冠灭活疫苗的安全性。

截至2021年1月,全球已有230多款新冠疫苗处于研发或临床试验阶段,包括灭活疫苗、腺病毒载体疫苗、核酸疫苗等。

**中国新冠疫情进入压制阶段** 高福指出,中国

在发现新型冠状病毒后,立刻在全国范围内启动了防治新冠病毒肺炎的工作,用约2个月的时间将国内病例的日增数量下降到个位数,约3个月就取得了武汉新冠肺炎疫情防治工作的决定性胜利,总结出“早发现、早报告、早隔离、早治疗”的“四早”原则;根据不同地区风险监测和评估,建立了灵活有效的隔离管控措施。目前,中国已进入了压制阶段。

在2020~2021年的冬春季节,河北、吉林、黑龙江三省的农村地区出现了大规模的地方性疫情,共报告新冠肺炎确诊病例2000余例,但最终疫情都得到了有效控制。

**新冠肺炎或将长期流行,防控面临这些挑战** 自2019年12月武汉报告多例不明原因肺炎患者以来,截至2021年2月8

日,全球已确诊新型冠状病毒肺炎患者105805951例,2312278例确诊病例死亡,共有223个国家和地区受到影响。

高福指出,新型冠状病毒肺炎或将成为在全球或局部地区长期流行的传染性疾病。人类关于新冠病毒的认知也在不断更新,比如被感染的患者可能将面对长期的后遗症、反复感染、复阳和长时间或间歇性的潜伏期等。

另外,虽然已经研发出了新冠疫苗,但是新的病毒变种的出现导致传染性增加、局地疫情恶化等情况,都将给我们带来更大的挑战。

面对这个全新的病毒,还需要持续的研究,更加深入地了解它,也期待更加开放和包容的国际合作与援助。

健康时报记者邱越 编译



“我……又……站起来了!康复科……好!解放军……好!”日前,45岁的脑出血患者李某,经过解放军总医院第八医学中心康复医学科53天精细化康复治疗,终于可以独立站起,并在助行器帮助下进行短距离行走。李某脑出血急诊手术后,出现言语功能障碍、右侧肢体活动受限等情况。医护人员在康复医学科王兰香主任的带领下,为其进行了个体康复治疗,从肢体到言语,从拼音到笔画,从“卧”到“坐”再到“站”,最后到“走”,在科室“医一技一护一患”科学规范的康复治疗流程下,帮助患者重新站起来。图为医护人员探讨康复治疗方案。解放军总医院第八医学中心杨济华文/图

## ■声音

**医保,就要确保每一分救命钱都用在刀刃上。**

——近日,国务院常务会议审议通过《医疗保障基金使用监督管理条例》,自2021年5月1日起施行。医保基金是“救命钱”,如此重要却不时陷入骗保泥潭,不免让人忧心。新京报评论说。

**抗癌厨房18年不打烊,温暖烟火人间。**

——荣获2020年度“感动中国”人物的万佐成、熊庚香夫妻俩,让人为之动容。他们的早点铺变成了专为病人提供炉火的“抗癌厨房”,春去秋来18个年头,从不离开。中央纪委国家监委网站说。

**用司法公正裁判为扶老人善行撑腰。**

——最高法日前印发指导意见,要求法院在遇到“扶不扶”“劝不劝”等法律和道德难题时,表明立场,让司法有力量、有是非、有温度,让群众有温暖、有遵循、有保障。新京报评论说。

**劝阻餐饮浪费不能光靠服务员一张嘴。**

——一段“服务员提醒顾客合理消费避免浪费被骂”的视频近日在网上引起热议:一对情侣就餐时执意加菜,不顾服务员的提醒,并拍桌子吼道“我乐意”“管得着吗”。北京日报评论说。

**少刷手机也是一种家庭教育。**

——教育部近日要求中小学生在原则上不得将手机带入校园的新规引发很多关注,专家建议,家长也要做出榜样,主动用阅读、运动等正能量活动充实自己的生活,让孩子心服口服。北京日报评论说。

## 2天接诊15位高血糖患者!

健康时报记者 孙欢

“隔壁风湿科都是痛风发作,我这里全是血糖20多的。”复旦大学附属华山医院内分泌科副主任医师吴晞连表示,春节假期期间仅仅两天就接待了15位餐后血糖超过20的患者。他告诉记者,逢年过节,内分泌科门诊就会遇到高血糖扎堆的情况。

“短期血糖飙升会增加糖尿病酮症酸中毒、高渗性非酮症糖尿病昏迷等糖尿病急性并发症发生的风险,即使急性并发症不出现,快速升高的血糖,也会影响糖尿病患者的微循环,例如视网膜损伤。

分析原因,吴晞认为,糖友们血糖飙升的原因大体分为三类:

**饮酒过多:**饮酒后酒精不会变成葡萄糖,反而会消耗胰岛素,导致血糖短期内会偏低。因此饮酒后两三个小时血糖会下降一些。但酒精引起的血糖

增高是长期的。酒精的热量比是1:7,1克酒精有7千卡热量,仅次于脂肪的1:9,加上代谢时间长,正常人大概要两三天的时间完全能够代谢掉。短期血糖下降给了糖友们错觉,不断饮酒,时间长一点自然血糖飙升。

**甜饮料:**过年聚会,除了酒大部分人会选择甜饮料,大部分甜饮料中会添加果葡糖浆,这是一种葡萄糖和果糖浓缩的脱水后的物质,非常甜。进入到人体水化之后转变为果糖和葡萄糖,葡萄糖直接转变为血糖。而果糖会引起肝脏的脂肪的堆积,导致胰岛素抵抗的,让胰岛素作用发挥不充分的,造成血糖升高。

**碳水化合物摄入过多:**中国人传统的饮食中,碳水化合物居多,无论是北方的炸糕、糕点,南方例如江西的米粉,上

海的八宝饭,除了淀粉蔗糖外,还添加了豆沙、枣泥等。碳水化合物要进入到体内直接变成葡萄糖也是血糖升高的原因。

吴晞提醒,要学会查看食品配料表,例如牛肉干,如果仔细查看配料表你会发现,部分牛肉干为保存在加工时加入了油和糖,100克牛肉干含有的碳水化合物差不多与100克米饭类似。

日常要利用血糖仪多监测,做好监测,减少酒精、甜饮料的摄入,甜饮料不仅热量高,舌头经过甜味刺激后,食欲会增长,也会人为摄入过多其他食物。

对于糖友来说,饮用最为安全的饮料是水,如果觉得太淡,可以喝点茶水。每天保证1500~2000毫升的水摄入,保证人体不脱水的同时,小便还能带出一部分糖分。