



安徽中医药大学报



官方微信



官方微博

国内统一刊号:CN34-0837/G 中共安徽中医药大学委员会主办 E-mail:ahzyxyb@163.com 2020年3月6日(增刊) 本期四版 新闻热线:0551-68129044

我校师生热议习近平总书记给在首钢医院实习的西藏大学医学院学生的回信

本报讯(尤志成 张磊) 在藏历新年来临之际,中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平2月21日给正在北京大学首钢医院实习的西藏大学医学院学生回信,肯定他们献身西藏医疗卫生事业的志向,勉励他们练就过硬本领、服务基层人民,并向他们以及藏区各族群众致以节日的问候和美好的祝愿。习近平指出,医生是人民健康的守护者。在这次新冠肺炎疫情防控斗争中,军地广大医务工作者冲锋在前、英勇奋战,用行动诠释了白衣天使救死扶伤的崇高精神。我相信,你们一定会以他们为榜样,努力做党和人民信赖的好医生。希望你们珍惜学习时光,练就过硬本领,毕业后到人民最需要的地方去,以仁心仁术造福人民特别是基层群众。

习近平总书记的回信既是对西藏大学医学院学生的勉励,也是对全国广大医学生、广大奋战在抗疫一线的医务工作者的极大鼓舞和激励。这场战“疫”,中医人不会缺席!面对疫情,安徽中医药大学全体师生医护人员坚决贯彻落实上级决策部署,迅速行动,全力以赴,有的在抗击疫情的第一线逆行奋战,有的积极参加志愿服务助力战“疫”,有的坚守自身岗位,默默奉献,有的在坚持做好自我防护的基础上宣传防疫知识,奉献爱心……全校上下众志成城,万众一心,共同凝聚起同心战“疫”的强大正能量。

马克思主义学院院长董玉节谈到:在新冠肺炎疫情防控斗争的特殊时期,习近平总书记的回信充分肯定了广大医务工作者冲锋在前、英勇奋战的崇高精神,无疑对广大抗疫一线的医护人员以温暖和力量!在藏历新年来临之际,回信表示问候和祝愿,无疑对藏族同胞以感动和幸福!在新学期开始之际,回信希望西藏大学医学院学生以仁心仁术造福人民,无疑对全国广大医药院校学生以信念和鞭策!“毕业后到人民最需要的地方去”的号召,也必将激励全国广大青年学子刻苦学习,练就本领,立志服务人民,报效祖国。

宣传统战部副部长黄学武谈到:习近平总书记的回信,充分体现了人民领袖对青年大学生、青年医学生成长发展的关心与关爱。疫情发生以来,广大医护人员毫不退缩,逆行勇进、不怕牺牲、无私奉献,他们用行动诠释了白衣天使

救死扶伤的崇高精神。作为医学院校的教育工作者,我们要认真学习领会习近平总书记的回信精神,上好这堂全民抗击疫情的生动思政课程,教育引导广大青年医学生厚植家国情怀、坚守人民情感,以奋战在抗击疫情中的广大医护人员为榜样,练就精湛的医术,涵养高尚的医德,努力做党和人民信赖的好医生。

第一临床医学院中医外科学教研室主任于庆生说:习近平总书记给西藏大学医学院学生的回信,不仅肯定了白衣天使“无论生死,不计报酬”逆而上的高贵品质,也肯定了我们医护人员敢打硬仗,能打胜仗的过硬本领。在这场抗“疫”斗争中,我们中医人并没有观望,安中大几所附属医院先后派出多批医疗队参与其中,发挥了中医防疫抗疫的独特优势,也以实际行动践行了先辈传承的“大医精诚”。习总书记对西藏大学医学院学生的期望,也是对所有医学生的期望。期待并相信我们安中大广大师生,以高尚的医德、精湛的技术,不负总书记和全国人民的期待。

第三临床医学院党委工作部李卓说:习近平总书记的回信,不仅是对藏大师生的亲切关怀和慰问,也是对广大医学生、广大奋战在抗疫一线医务工作者的肯定和激励。疫情发生后,医院医护人员纷纷主动请战一线,全院上下众志成城、齐心战“疫”,由院党委挑选出的5名精干医护人员作为安徽省第七批支援湖北医疗队队员也已于日前到达武汉,奋战在抗“疫”最前线。全院职工将用实际行动诠释白衣天使救死扶伤的崇高精神,不辜负总书记的殷切期望,全力打赢这场防疫总体战和阻击战。

中医学院辅导员李利丽说:习近平总书记给西藏大学医学院学生的回信,充分体现了总书记对青年一代医务人员和医学生在未来医疗卫生事业中的作用充满期待。面对严峻复杂的疫情,中医药积极参与,作为中医药专业学子,我们要牢记习近平总书记“传承精华、守正创新”的重要嘱托,坚定中医药自信,学好中医药知识,强化中医药实践,坚定中医文化自信,努力为中医药事业振兴发展贡献青春力量。

医药经济管理学院人力资源管理教研室老师王珊表示,习近平总书记在回信中对青年医学生寄予了厚望,勉

励他们学好专业、锻炼临床基本功,为医疗卫生事业和祖国建设多作贡献。作为医学院校的教师,不可辜负国家的培养与期望,在今后的工作中,不仅要强化教学能力传授专业知识、积极开展科研工作、提升实践技能,更应以身作则,爱岗敬业,培养学生的道德素养。

药学院辅导员周婧晗说:对于医药类专业的学子来说,需要学好专业知识,扎根中国大地,建设祖国,用所学所知回报社会;对于辅导员来说,要坚持立德树人的初心,扎根工作岗位,做学生的引路人,为祖国医药卫生事业的发展培育更多人才。

针灸推拿学院辅导员聂多伟说:一纸回信,话语不多,意味深长。在这次新冠肺炎疫情防控战役中,广大医护人员冲锋在前、逆行而战、不畏恐惧、不计生死,用行动诠释了医者仁心、救死扶伤的崇高精神,他们的行动令人鼓舞,他们的故事令人感动。在回信中,我们看到习近平总书记不管何时何地,心里最牵挂的总是基层群众和广大人民,总书记希望人民过的健康、过的安心、过上好日子;习近平总书记也希望青年能够不负期望、勇担重任,努力做中华民族伟大复兴的接棒人和奋斗者!让我们和总书记一道,坚定信心,共同努力,早日战胜新冠肺炎疫情。

2017级中医专业刘颖同学说:习近平总书记给藏医学生的回信,不仅是对藏医的鼓舞,更是对每一位医学生的鼓励。此次疫情期间,作为医学生的我们,虽然没有奋战在疫情第一线,但是我们运用自己平时所学的中医药知识和中医保健方面的知识,帮助家人提高自身免疫力并强身健体,在互联网发达的现在,我们也运用了互联网向更多的人展示我们中医文化的魅力。希望将来在国家有危难的时刻,我们有能力,并且能第一个站出来,给予国家和人民更大的帮助。希望我们全国人民能团结一心,肩并着肩,心连着心,和武汉人民一同抗击疫情,赢得最终的胜利。

2019级中医专业赵鸿羽同学说:全国广大医务人员迎难而上,在最凶险的抗疫一线,不畏艰险,披荆斩棘。这么多鲜活的事例摆在我们面前,我们没有理由退缩,我们要把更多的精力投入到学习中,扎实掌握基本功,坚定献身祖国的医疗卫生事业。

这位患者2月4日经新型冠状病毒核酸检测阳性确诊,有胸闷、心慌、咳嗽、咳痰等症状并有糖尿病史6余年,风湿性关节炎多年。经西医药综合治疗后,病情缓解不明显,目前仍处于危重期。

“患者咳嗽咳痰胸闷,因夜晚咳剧而睡眠困难,并且舌苔紫暗,苔薄滑。”徐经世诊断后指出,该患者属气阴两伤、痰浊阻滞之症征,拟进益气养阴、清化痰阻浊之剂。

徐经世开出以下药方:西洋参10克、麦冬15克、炙桔梗10克、瓜蒌皮12克、仙鹤草20克、川贝母10克、桔络20克、竹茹10克、芦根20克、炒桑叶10克、甘草5克,另服鲜竹沥口服液1次10毫升,1天3次。

中午12:00,会诊结束后,记者跟随安徽中医药大学附属第一医院感染科主任张国梁,拿着徐经世开出的中医药方马不停蹄的回到安徽中医药大学附属第一医院。



安徽中医药大学附属第一医院中药煎煮间

安徽中医药大学附属第一医院智慧中药房主任陈志刚接到药方后,随即进行药方配比并送往煎药室。记者看到,药方在煎煮之前需用清水浸泡30分钟,煎煮时间为一个小时候左右。

“下午4点之前,煎煮好的汤药就可以送到省立医院感染病区,给新冠肺炎患者服用”,陈志刚说。

徐经世认为,新型冠状病毒肺炎感染期和恢复期均宜采用中医药进行分型论治。

徐经世行医济世60多年,在中医内科疑难杂症诊治方面颇有建树,具有丰富的临床经验,这些天他提出了多种防治方子。

安徽大力推动中医药诊治新型冠状病毒肺炎工作,组建由国医大师、全国名中医领衔的高级别专家组,主要负责重症病人“一人一案”的临床指导,组织疑难病例会诊讨论和中医药诊疗应急攻关,以最大程度挽救病人生命,提高新型冠状病毒感染的肺炎治愈率。

省级中医药专家组成立8个专家小组,分别对16个市的救治工作分片包保,实行会诊指导。

杏林春满:安徽,扛起中医药大省的责任



学校第三批支援湖北抗疫医疗队出征湖北

本报讯(王利 张宣剑 刘雨哲) 中医药,在这次抗击疫情战役中的作用,得到无数网友的点赞,人们,进一步认识了祖国珍贵的中医药文化的博大精深。

安徽,中医药发展历史源远流长,亳州是华佗故里、中华药都,而新安医学在我国中医药发展史上也书写了光辉的篇章。

面对疫情,安徽中医药战线全员发动,为提高治愈率、降低病死率,打赢疫情防控阻击战贡献自己的力量。

安徽已从全省36家中医院,选派86名医护人员,参加第三批安徽省医疗队驰援武汉。

这次战“疫”,是对中国中医药、也是对安徽中医药的一场“大考”。

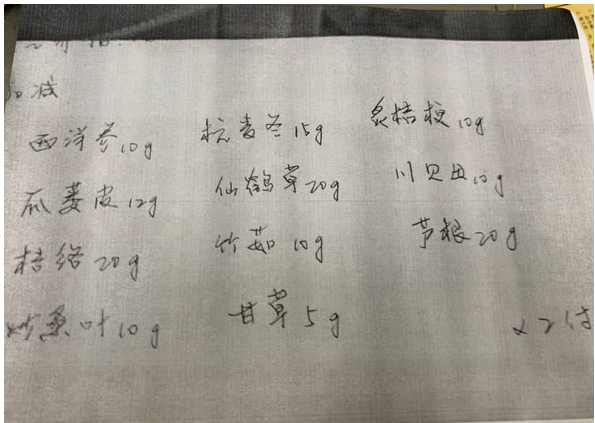
安徽中医界,正迎难而上,勇敢接受这次挑战,迎接战胜疫情的春天,也迎接中医界的新的春天。

《安徽省新型冠状病毒肺炎中医药治疗专家共识》,2月17日由安徽省新冠肺炎疫情防控工作中医药专家指导组发布,作为新冠肺炎临床的系统救治依据。

记者观察到,这是国内第一个出台的省级中医药专家诊疗方案。

疫情初起,安徽省中医药学会就组织国医大师领衔的中医药专家组反复论证,在1月22日通过官网和官微发布了中医药预防呼吸道传染病的组方,指导公众科学运用方药、茶饮和香囊等中医药技术方法做好预防。

根据省中医药学会发布的组方,安徽省中医药管理局组织配方颗粒企业制作一批便携盒,提供给有职业暴露风险的定点医院和医疗队等服务临床一线的医务人员,以做好自身防护、更好服务患者。



徐经世开出的药方

三
2月4日,阜阳市3名重症患者痊愈出院,这也是安徽省首次有重症患者治愈出院。3人平均住院13天,在院期间同步应用中医药治疗。2月5日,芜湖市首例经中西医结合治疗的患者治愈出院,该患者经过一周左右中西医专家多次会诊和“抗感合剂”治疗,患者症状改善,肺部CT改变理想。



中医专家在研究临床病例

安庆市出院的15名患者,均采用了中西医结合治疗,取得了较好的效果。通过对确诊患者服用中药汤剂的观察,中医药能有效缓解患者的临床症状(发热、咳嗽、乏力、盗汗等),改善食欲和患者精神状态。

在安徽中医药大学第一附属医院煎药中心,根据安徽省卫生健康委的部署和要求,这家医院承担了合肥地区七家定点医疗机构新冠肺炎中药治疗汤剂的调制和配送任务。

安徽省中医药专家指导组成员、安徽中医药大学第一附属医院感染科主任张国梁认为,从目前诊疗情况看,中医有较好的退热功效,可减轻乏力、纳差、腹泻等临床症状,同时能够延缓病情进展,促进肺部炎症的吸收。

安徽省中医药管理局专家组成员、芜湖市中医专家组组长张荣珍说,“重症的病人吃了中药以后,它的氧饱和度和能够比较快的升上来,肺部的影像也比较好吸收。”

安徽对28所省、市定点医院派驻中医药治疗组,要求定点医院收治的新冠肺炎患者要在第一时间服用中药汤剂。

安徽中医药大学第一附属医院还开通了互联网线上问诊,并实行中药快递到家的服务。

2月12日,安徽省卫健委发布了《关于进一步落实新冠肺炎中西医结合救治工作的紧急通知》,实现全省中西医结合救治全覆盖。

从疫情发生至2月14日24时,安徽中医药参与救治920例,占比96.8%;累计治愈出院198例,中医药参与救治177例,占比89.4%。

坚定信心 科学防护 坚决打赢疫情防控阻击战

当前,新型冠状病毒肺炎疫情已经进入防控攻坚阶段。全国各地正在按照习近平总书记重要指示、批示和国务院决策部署,坚定信心、同舟共济、科学防治、精准施策,全面展开联防联控、群防群治,疫情防控取得了阶段性成果。我校师生团结一致、坚定信心、科学防护,强化疫情防控,坚决打赢疫情防控阻击战。为此本版根据国家最新发布的相关方案和技术指南,以新型冠状病毒肺炎防控知识为重点,图文并茂、通俗易懂地介绍疫情特征、防御控制、个人护理,心理调适等实用知识,供广大师生参考。战“疫”之路虽然艰巨难行,但我们坚信,依靠发达的科学技术,依靠人类积累的丰富智慧,疫情很快就会过去,春天很快就会到来!让我们坚定必胜信念,深入学习防护知识,掌握科学应对之策,服从学校统一部署安排,万众一心、众志成城,就一定能够夺取抗击疫情斗争的最终胜利!

防疫科普

新型冠状病毒简介

2019 新型冠状病毒 (2019-nCoV),因 2019 年武汉病毒性肺炎病例而被发现,2020 年 1 月 12 日被世界卫生组织命名。冠状病毒是一个大型病毒家族,已知可引起感冒以及中东呼吸综合征(MERS)和严重急性呼吸综合征(SARS)等较严重疾病。新型冠状病毒是以前从未在人体中发现的冠状病毒新毒株。

2019 年 12 月以来,湖北省武汉市部分医院陆续发现了多例有武汉华南海鲜市场暴露史的不明原因肺炎病例。我国于 2020 年 1 月 7 日,检出该病的病原体——一种新型冠状病毒,并获得了该病毒的全基因组序列。我国把造成武汉肺炎疫情的“不明原因肺炎”命名为新型冠状病毒肺炎。这是一种急性呼吸道传染病。2020 年 1 月 12 日,WHO 正式将该病毒命名为 2019 新型冠状病毒 (2019-nCoV)。2020 年 1 月 30 日,WHO 宣布将新型冠状病毒肺炎疫情列为国际关注的突发公共卫生事件。

根据搜集到的数据,无武汉华南海鲜市场暴露史病例在增加,并出现了聚集性病例和无武汉旅行史

的确诊病例,而且在境外多个国家和地区发现了来自武汉的无明确海鲜市场暴露史的确诊病例。

虽然引起此次疫情的病原体已经明确,但病毒的来源尚未明确,传播途径尚未完全掌握,病毒存在变异的可能,疫情存在进一步扩散的风险。根据有限的临床和流行病学调查资料,并结合 SARS 和 MERS 的研究,确定新型冠状病毒肺炎的传播途径主要是飞沫传播和密切接触传播。

主要症状

新型冠状病毒肺炎的临床表现主要为发热、乏力、干咳、鼻塞、流涕等上呼吸道症状少见。约半数患者在一周后出现呼吸困难,严重者快速进展为急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、难以纠正的代谢性酸中毒和出凝血功能障碍。重症、危重症患者病程中可有中低热,甚至无明显发热。部分患者可无发热或仅为低热、轻微乏力等,无肺炎表现,多在一周后恢复;多数患者愈后良好;少数患者病情危重,甚至死亡。

感染病毒的人会出现程度不同的症状,有的只是发烧或轻微咳嗽,有的会发展为肺炎,有的则更为

严重甚至死亡。该病毒致死率约为 2% 到 4%,但这是一个非常早期的百分比,随着更多信息的获得可能会改变。同时,这并不意味着它不严重,只是说病毒感染者不一定人人都会面临最严重的后果。

传播途径

新型冠状病毒主要的传播途径是呼吸道飞沫传播和接触传播,气溶胶和粪口等传播途径尚待进一步明确。通过流行病学调查显示,病例多可以追踪到与确诊的病例有过近距离密切接触的情况。

易感人群

各个年龄段的人都可能被感染,被感染的主要是成年人,其中老年人和体弱多病的人更容易被感染。没有证据表明猫狗等宠物可以被感染。儿童和孕产妇是新型冠状病毒感染的肺炎的易感人群。

病例密切接触者者为高危人群。医护人员和患者家属与亲友在治疗、护理、陪护、探望患者时,同患者近距离接触次数多,接触时间长,如果没有做好防护措施就很容易感染病毒。

个人防护

疫情期间个人防护

根据中国疾病预防控制中心和世界卫生组织各方专家观点,公众防疫应注意以下四个方面:

一是勤洗手。包括在制备食品之前、期间和之后;咳嗽或打喷嚏后;照护病人时;饭前便后;手脏时;在处理动物或动物排泄物后,立刻用肥皂、含有酒精的洗手液和清水洗手。

二是主动防护。在自己咳嗽或打喷嚏时,应用纸巾或袖口或肘部将口鼻完全遮住,将用过的纸巾立刻扔进封闭式垃圾箱内,并洗手。易感人群应尽量避免去人群密集的公共场所,可佩戴口罩减少接触病原风险。避免在未加防护情况下与病人密切接触,避免触摸其眼、口、鼻。同时注意保持家庭和工作场所开窗通风,环境清

洁。

三是避免密切接触。尽量避免在未加防护情况下与养殖或野生动物近距离接触;避免与生病的动物和变质的肉接触;避免与生鲜市场里的流浪动物、垃圾废水接触。

四是良好安全饮食习惯。将肉和蛋类彻底煮熟食用,处理生食和熟食之间要洗手,切菜板及刀具要分开。

1.保持良好的呼吸道卫生习惯,咳嗽或打喷嚏时,用纸巾、毛巾等遮住口鼻,咳嗽或打喷嚏后洗手,避免用手触摸眼睛、鼻或口。

2.增强体质、免疫力,保持环境清洁和通风,增强体质和免疫力,均衡饮食、适量运动、作息规律,避免过度疲劳。每天开窗通风次数不少于 3 次,每次 20-30 分钟。户外空气质量较差时,通风换气频次和时间应适当减少。

3.尽量减少到人群密集场所活动并且关注症状尽量减少到人群密集场所活动,避免接触呼吸道感染患者。出现呼吸道感染症状如咳嗽、流涕、发热等,应居家隔离休息,持续发热不退或症状加重时及早就诊。

4.勤洗手正确洗手是预防腹泻和呼吸道感染的最有效措施之一。中国疾病预防控制中心、世界卫生组织等权威机构均推荐用肥皂和清水(流

水)充分洗手。使用肥皂或洗手液并用流动水洗手,用一次性纸巾或干净毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物(如打喷嚏)后立即洗手。

在传递文件前后,在咳嗽或打喷嚏后,在制备食品之前、期间和之后,吃饭前,上厕所后,手脏时,在接触他人后,接触动物之后,外出回来后等时候都要立即洗手。

5.旅途在外遇到无清水洗手的时候,可以使用含酒精消毒产品清洁双手。冠状病毒不耐酸不耐碱,并且对有机溶剂和消毒剂敏感。75%酒精可灭活病毒,所以达到一定浓度的含酒精消毒产品可以作为肥皂和流水洗手的替代品。

6.口罩选择选择一:正常外出时选择一次性医用口罩即可,连续佩戴 4 小时更换,污染或潮湿后立即更换;选择二:去医院看病或人群密集处可选用 N95 医用防护口罩,连续佩戴 4 小时更换,污染或是潮湿后立即更

换。棉布口罩、海绵口罩均不推荐。

7.正确使用医用口罩口罩颜色深的是正面,正面应该朝外,而且医用口罩上还有鼻夹金属条。正对脸部的应该是医用口罩的反面,也就是颜色比较浅的一面,除此之外,要注意带有金属条的部分应该在口罩的上方,不要戴反了。分清楚口罩的正面、反面、上端、下端后,将手洗干净,将两端的绳子挂在耳朵上。最后用手压紧鼻梁两侧的金属条,使口罩上端紧贴鼻梁,然后向下拉伸口罩,使口罩不留有褶皱,覆盖住鼻子和嘴巴。

8.特殊人群口罩佩戴孕妇佩戴防护口罩,应注意结合自身条件,选择舒适性比较好的产品。老年人及有心肺疾病的慢性病患者佩戴后会造成不适感,甚至会加重原有病情,应寻求医生的专业指导。儿童处在生长发育阶段,其脸型小,选择儿童防护口罩。



《新型冠状病毒防控指南(第一版)》 特定场所防控指南之

学校 防控指南



1

返校前有过疫情高发地区(如武汉等地区)居住史或旅行史的学生,建议居家观察 14 天期满再返校。

14 天

2

学生返校后应每日监测体温和健康状况,尽量减少不必要外出,避免接触其他人员。

3

学生与其他师生发生近距离接触的环境中,要正确佩戴医用外科口罩或 N95 口罩,尽量缩小活动范围。



4

学校密切监测学生的健康状态,每日两次测量体温,做好缺勤、早退、请假记录,如发现学生中出现可疑症状,应立刻向疫情管理人员报告,配合医疗卫生机构做好密切接触者管理和消毒等工作。



5

学校应尽量避免组织大型集体活动。教室、宿舍、图书馆、活动中心、食堂、礼堂、教师办公室、洗手间等活动区域,建议加强通风清洁,配备洗手液、手消毒剂等。



6

校方对因病误课的学生开展网络教学、补课,对于因病耽误考试者,应安排补考,不应记入档案。

坚定信心 科学防护 坚决打赢疫情防控阻击战

高校防控

预防预警

1. 建立疫情防控工作体系

(1)新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作领导小组
(2)新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作小组
(3)学校、院(系)、年级(班级)校内三级防控工作联系网络(4)与属地疾病预防控制机构、定点发热门诊、定点医院联系工作网络

2. 做好师生健康监测

(1)全覆盖、无遗漏,摸清在疫情防控重点地区的师生员工(包括离退休人员、留学生等)分布情况及感染病例情况。
(2)精准掌握师生员工返校前 14 天和确诊病例、疑似病例、疫情防控重点地区人员接触情况。
(3)统计师生员工近期旅行史、目前居住地点。
(4)安排专人每日统计师生员工每天所在地、身体状况等信息,实行“日报告”“零报告”制度。

3. 做好教学安排

(1)根据教育部的要求,做好教学工作调整,在疫

情防控期间组织开展在线教育,实现“停课不停教、停课不停学”;合理调整、统筹安排春季学期与秋季学期课程教学计划。

(2)加强疫情防控知识宣传,鼓励慕课平台开设有关流行病学、传染病学专题,提高大学生科学防控传染病能力。

(3)根据疫情防控形势,在确保安全条件下,精准安排疫情防控重点地区教职员工、学生分期分批有序返校。

(4)不允许学生提前返校。

(5)严禁疫情防控重点地区人员提前返校。

4. 加强安全保障

在突发公共卫生事件一级响应解除前,高校实行封闭式管理,建立入校人员体温测量和登记制度。

5. 做好环境整治

(1)大力开展爱国卫生运动,创造良好的校园环境,彻底清理卫生死角。

(2)做好教室、食堂、宿舍、图书馆、活动中心、洗手间等公共场所的保洁和消毒。

(3)设置充足的洗手水龙头,配备必要的洗手液、

肥皂、纸巾或吹干机等设施。

6. 做好物资储备

应急物品;测温仪、体温计、含氯消毒液、84 消毒液、紫外线灯等防护用品;一次性医用口罩、医用外科口罩、医用帽子、手套、隔离衣等

7. 设置隔离观察区域

(1)对来自非疫情重点防控地区、乘坐公共交通工具返校的人员实行一般医学观察。

(2)对来自疫情重点防控地区者、与病例或疑似病例密切接触者实行隔离观察。

(3)隔离观察区域相对独立,集中隔离观察区和正常居住宿舍不在同一楼宇,单独通道;隔离区基本生活设施齐备,符合安全防护要求。

(4)建立隔离观察区管理制度,确保防护安全。

(5)隔离观察区配备适当的安全防护物资和医护、安保、后勤、保洁等工作人员,专人负责,职责明确。

8. 严控聚集活动

(1)不得举行任何形式人数众多的集体活动。

(2)严控师生员工到境外、其他省市参加交流、学

习活动。

(3)暂停到疫情防控重点地区参加活动。

9. 做好宣传和培训

(1)通过微信、短信、校园网等新媒体及防控工作联系网络,多方式、多途经将新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控知识推送给师生员工。

(2)动员师生员工积极配合学校做好各项防控措施,保持个人卫生,提升师生自觉防控的意识和能力。

(3)引导师生寒假期间尽量居家,减少走亲访友、聚会聚餐,不到人员密集的公共场所活动。

(4)告知有疫情重点防控地区居住史或旅行史的师生,自离开疫情重点防控地区后,居家或在指定场所医学观察 14 天。

(5)做好教职员工的防控技能培训。分类分次组织学校疫情防控领导小组、工作小组、院系(部门)负责人、食堂、安保、物业、卫生机构等部门人员学习防控知识和疫情应急处置预案,掌握学校传染病防控工作流程和各项制度,增强法制观念,依法依规开展科学防控。

规范运转

一、健康监测

(1)对所有进入校园人员进行体温检测和登记,体温异常者禁止进入校园,并要求其立即就医。

(2)在校师生员工每天测量体温 2 次,体温异常者视病情及时就医。

(3)严格执行师生员工缺课缺勤登记、追踪制度。通过防控工作联系网络,学工、研工、教务、人事

等部门在 24 小时内汇总师生因病缺课缺勤信息,并按规定上报。

(4)学校卫生机构按照属地卫生主管部门防控要求,严格执行发热预检分诊制度,并做好发热患者登记和随访。

二、清洁与消毒

(1)加强教室、食堂、宿舍、图书馆、活动中心、礼堂、办公室、实验室、电梯间、洗手间等活动区域的清洁、消毒,每天至少清洁、消毒 1 次。

(2)做好物体表面清洁消毒,对电梯按钮、扶手、门把手、公共课桌椅等接触频次高的物体表面,用含有效氯 500mg/L 的消毒剂进行喷洒或擦拭,也可采用消毒纸巾进行擦拭。

(3)避免使用中央空调,使用时须经过专业评估,保证空调系统供风安全。

(4)保持室内空气流通,每日至少早、中、晚打开门窗通风三次,每次至少 30 分钟。

(5)洗手池配备肥皂、洗手液或手消毒剂等。

消毒技术与方法

新型冠状病毒在 56℃条件下,30 分钟可杀灭病毒。含氯类、酒精、碘类、过氧化类等多种消毒剂也可杀灭病毒。

(1)手消毒在做好个人防护的同时,特别要注意手卫生,目前 WHO 推荐的手消毒剂为含量在 70%~75% 的乙醇,在没有明显污物的情况下,使用七步洗手法用乙醇手消毒剂进行手消毒(有明显污物情况下,要用流水和洗手液清洗,擦干后再使用手消毒剂进行手消毒)。特别是去医院就诊的病人,在摘除口罩后,由于口罩很可能已被污染,一定要进行手消毒。

(2)物体表面消毒课桌椅、活动室操作台等:每日清洁,保持清洁状态。使用含氯消毒剂(有效氯含量为 500mg/L)擦拭,作用 30 分钟后,再用清水擦拭,去除消毒剂残留。

地面:每日使用不扬尘的湿式打扫,定期使用有效氯 500mg/L 的消毒液拖地消毒,作用 30 分钟后,再用清水拖地。拖把清洗干净后,阳光下暴晒或置于通风处干燥。

卫生间:洗手台面、水龙头、坐便器内外及其坐垫和按钮、厕所蹲坑等使用含氯消毒剂(有效氯含量为 500mg/L)擦拭或喷雾消毒,作用 30 分钟后,再用清水洗净;地面使用含氯消毒剂(有效氯含量 500mg/L)用拖布湿式拖拭,作用 30 分钟后,再用清水洗净。

(3)环境空气消毒开窗自然通风为主,有条件的采用机械通风。自然通风时,注意室内温度不能过低,避免受凉感冒。冬天寒冷季节,上课时门窗保留缝隙,课间活动时间打开门窗通风;天气暖和后,建议一直保持通风状态。无人情况下,对于密闭不易通风的房间,可使用移动式紫外线消毒器(按照 1.5W/m³,即每 20 立方米空间使用一只 30W 紫外线灯)

消毒 60 分钟。

三、个人卫生

在密闭公共场所近距离接触过程中,要正确佩戴一次性医用口罩或医用外科口罩。减少接触公共物品和部位。打喷嚏或咳嗽时,用纸巾或手肘衣服遮住口鼻。推行师生员工勤洗手的防控策略,贯彻落实七步洗手法。尽量缩小活动范围。

医用口罩正确使用方法

佩戴口罩前应洗手,或者在戴口罩过程中避免接触到口罩内侧面,减少口罩被污染的可能。

医用口罩摘脱方法

(1)口罩外侧吸附了大量细菌,脱下口罩时避免触碰口罩外侧,用手抓着系带取下,避免细菌沾附到手上,以手为媒介扩散。

(2)不宜将摘下来的口罩直接塞进口袋里或丢弃,避免造成医用口罩二次污染。应将口罩接触口鼻的一面朝里折好,放入清洁的自封袋中。摘脱口罩之后,一定要记得手卫生消毒。

定期更换口罩

(1)医用口罩防护的效果有时效性,须定期更换。若口罩被污染,应立即更换。

(2)医用口罩为一次性使用,不可重复使用。

正确处理使用过的口罩

(1)有呼吸道症状者佩戴过的口罩和出现发热、咳嗽、咳嗽、打喷嚏等呼吸道症状者以及隔离观察等人员佩戴过的口罩,应按照规定,放置到套有塑料袋并加盖的垃圾桶,定时按要求清理。

(2)健康人群佩戴过的口罩,因接触病原微生物风险较低,此类使用过的口罩可以向外对折后,放入一次性使用自封袋或者垃圾袋中封好、扎紧,再丢入带盖的垃圾桶。

四、食品安全监管

食堂是保障学校全体师生员工饮食安全的重要场所,务必加强疫情防控期间的管理,相关流程参考食堂疫情防控管理流程图。

食堂疫情防控管理流程

从业人员健康管理

(1)严格食堂人员返校健康排查,符合健康要求并持有有效健康证的人员方可上岗工作。

(2)食堂从业人员每天测量体温,有发热、咳嗽、腹泻等症状人员须居家休息或就医,待完全恢复后上岗。

(3)食品制作过程中严格佩戴口罩,售卖时需加戴一次性手套。

(4)食品原材料送货人员入校前进行体温测量,

入校期间必须佩戴口罩和一次性手套。

食堂就餐

(1)每天对餐厅环境全面消毒。

(2)通过开窗通风、紫外线灯照射、消毒剂喷洒、擦拭和拖拭等措施,对空气、物体表面和地面进行消毒。

(3)根据餐次对食品处理区、加工区、售卖区、就餐区环境进行预防性消毒。

(4)安排师生员工错峰就餐或分餐、送餐,减少聚集用餐。

(5)餐前洗手,负责送餐的人员戴口罩和一次性手套对餐食进行分餐。

(6)严禁非食品加工人员进入厨房。

餐具消毒

(1)开学前对餐具和加工用品全面消毒,开学后每餐次进行消毒。

(2)煮沸消毒法,将清洗干净的餐具完全浸没清水中加热,待水沸腾后计时 15 分钟,取出,晾干即可。

(3)流通蒸汽法,将餐具放入蒸屉加热,从水沸腾开始计时,消毒 15~30 分钟。

(4)对耐高温的碗、筷、不锈钢餐盘,可以放入热力消毒柜消毒摆放均匀,温度设定 105℃~120℃,维持 100℃以上 15 分钟。

集中式供餐及送餐

(1)专人负责,做好疫情防控安全相关措施。

(2)确保配送餐途中食品安全。

(3)限制校外单位、个人配送餐到校内。

五、疫情防控废弃物管理

1.加强垃圾分类管理,及时收集清运。
2.设置标志明显的疫情防控废弃物(使用后的口罩等)专用垃圾箱,按照相关规定进行有效消毒处理。

六、做好隔离观察区管理

1.严格执行隔离观察相关文件要求和制度。
2.规范流程,做好清洁消毒,确保工作人员和隔离人员防护安全。

新型冠状病毒感染的肺炎隔离医学观察感染防控指引隔离医学观察区工作人员、随访者预防感染防控

(1)访视隔离医学观察人员时,若情况允许电话或微信视频访视,无需特殊个人防护。

(2)实地访视隔离医学观察人员时,正确佩戴口罩、外科口罩或医用防护口罩,穿工作服、一次性隔离衣、工作鞋或胶靴、防水靴套等。每班更换,污染、破损时随时更换。

(下转第四版)



坚定信心 科学防护 坚决打赢疫情防控阻击战

(上接第三版)

(3)需要采集呼吸道标本时,加戴护目镜或防护面屏,外科口罩换为医用防护口罩(N95及以上),戴乳胶手套。

(4)一般情况下与隔离医学观察人员接触时保持1米以上的距离。

(5)现场随访及采样时尽量保持房间通风良好,被访对象应当处于下风向。

(6)需要为隔离医学观察人员检查而密切接触时,加戴乳胶手套,检查结束后脱手套进行手消毒,更换一次性隔离衣。

(7)接触隔离医学观察人员前后或离开其住所时,进行手卫生,用含酒精速干手消毒剂揉搓双手至干。不要用手接触自己的皮肤、眼睛、口鼻等,必须接触时先进行手卫生。

(8)不重复使用外科口罩或医用防护口罩,口罩潮湿、污染时随时更换。

(9)隔离医学观察随访者至少须随身携带:速干手消毒剂、护目镜或防护面屏、乳胶手套、外科口罩/医用防护口罩、一次性隔离衣、医疗废物收集袋。

(10)随访等工作中产生的医疗废物随身带回,按医疗废物处置。

隔离医学观察人员感染防控

(1)将隔离医学观察人员安排在通风较好的房间隔离,多开窗通风;保持房门随时关闭,在打开与其成员相通的房门时先开窗通风。

(2)在隔离房间活动可以不戴口罩,离开隔离房间时先戴好外科口罩。佩戴新外科口罩前和处理用后的口罩后,应当及时洗手。

(3)不得随意离开隔离房间。必须离开隔离房间时,先戴好外科口罩,洗手或手消毒后再出门。

(4)禁止与隔离区其他非工作人员接触,必须接触时,保持1米以上距离,尽量处于下风向。

(5)生活用品独立分开,避免交叉污染。

(6)避免使用中央空调,使用时须经过专业评估。

(7)保持充足的休息时间和营养。不共用卫生间,必须共用时须分时段,用后通风并用酒精等消毒剂消毒身体接触的物体表面。

(8)讲究咳嗽礼仪,咳嗽时用纸巾遮盖口鼻,不随地吐痰,使用后的纸巾及口罩丢入专门的带盖垃圾桶内,并及时洗手,保持手部清洁。

(9)用过的物品及时清洁消毒,产生的生活垃圾经消毒后,按医疗废弃物处理。

(10)参照居家隔离医学观察要求,每日上午下午测量体温,自觉发热时随时测量并记录。出现发热、咳嗽、气促等急性呼吸道症状时,及时报告隔离点工作人员。

七、持续、深入开展健康教育

(1)普及新型冠状病毒感染的肺炎防控知识。

(2)增强师生自我防控意识和防护技能。

(3)树立科学防控理念,提振战胜疫情信心。

预防感染

从正确洗手开始

专业洗手7步法

Professional hand-washing 7-step

洗手温馨提示:

洗手在流水下进行,取下手上的饰物及手表,卷袖至前臂中段,如手有裂口,要用防水胶布盖严,打开水龙头,湿润双手。搓手步骤如图,每个步骤至少搓擦五次,双手搓擦不少于10-15秒钟。双手稍低置,流水由手腕、手、至指尖尖冲洗,然后擦干。



取适量洗手液于掌心



①内 掌心对掌心揉搓



②外 手指交叉,掌心对手背揉搓



③夹 手指交叉,掌心对掌心揉搓



④弓 双手互握,相互揉搓指背



⑤大 拇指在掌中转动揉搓



⑥立 指尖在掌心揉搓



⑦腕 旋转揉搓腕部直至肘部

新型冠状病毒防控指南(第一版)

特殊人群防控指南之学生防控指南

一、寒假期间

(1)有疫情高发地区(如武汉等地区)居住史或旅行史的学生,自离开疫情高发地区后,居家或在指定场所医学观察14天。

(2)各地学生均应尽量居家,减少走亲访友、聚会聚餐,减少到人员密集的公共场所活动,尤其是空气流动性差的地方。



多居家

(3)建议学生每日进行健康监测,并根据社区或学校要求向社区或学校指定负责人报告。

(4)寒假结束时,学生如无可疑症状,可正常返校。如有可疑症状,应报告学校或由监护人报告学校,及时就医,待痊愈后再返校。



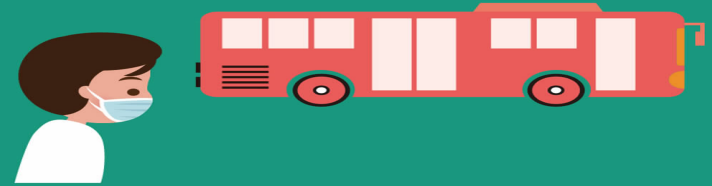
可疑症状

二、返校途中

(1)乘坐公共交通工具时全程佩戴医用外科口罩或N95口罩。

(2)随时保持手卫生,减少接触交通工具的公共物品和部位。

(3)旅途中做好健康监测,自觉发热时要主动测量体温。



(4)留意周围旅客健康状况,避免与可疑症状人员近距离接触。

(5)若旅途中出现可疑症状,应主动戴上医用外科口罩或N95口罩,尽量避免接触其他人员,并视病情及时就医。



可疑症状

避免接触

(6)旅途中如需去医疗机构就诊时,应主动告诉医生相关疾病流行地区的旅行居住史,配合医生开展相关调查。

(7)妥善保存旅行票据信息,以配合可能的密切接触者调查。

疫情焦虑、恐慌情绪的应对

新型冠状病毒 2019-nCoV 引发的疫情形势严峻,全国上下万众一心共同抗击疫情的同时,有些民众产生焦虑、担忧甚至恐慌的情绪。对此,我们应正确疏导及应对。疫情对公众产生的心理影响一般表现为:恐慌、焦虑、抑郁以及心理导致行为异常表现等,具体为:

一是焦虑,表现为紧张和担忧。感觉忐忑不安、心神不宁,导致饭吃香、觉睡不好,不断关注疫情新闻,担心未来有一天自己和家人会被新型冠状病毒感染;情绪变得不稳定,容易发脾气,怨天尤人,甚至出现血压升高、心跳加快、出汗、口干等神经功能紊乱的表现,这类人群发生率最高。

二是恐慌,表现为恐惧和害怕。害怕自己被新型冠状病毒包围着,听到或看到各类新闻媒体的报道会心惊肉跳,高度紧张,不敢出门,甚

至在家里也要戴口罩和手套,害怕被传染;有些有低热或轻微咳嗽者,不敢去医院,害怕被留下,即使没有去过疫区或接触过新型冠状病毒感染的肺炎患者;有些有躯体疾病或心理疾病的患者由于恐慌导致病情加重,感觉自己快要不行;有些怀疑自己得了新型冠状病毒感染的肺炎,反复求助热线或到医院就诊,要求确诊或隔离。

三是抑郁,表现为悲观和绝望。针对媒体报道的新型冠状病毒感染的肺炎患者确诊人数和死亡人数不断上升,会觉得这就是绝症,看不到希望,变得悲观,易哭泣、觉得活着没有意思,食欲不振或暴食,没有任何愉悦感,为自己活着而感自责,本能欲望下降。

四是行为异常,表现为行为过度或不足。为了预防感染新型冠状病毒的严重后果,不断关注手机,不断刷屏,害怕错过任何一个相关消息,哪怕吃饭和睡觉时也不放弃;反复洗手,哪怕手洗破了;不敢出门,即便家里食物短缺的很厉害;在家里,不敢讲话,也不希望家人讲话,担心飞沫传播病毒,为此感到痛苦。

针对以上心理现象,可以采取以下措施:

1.做好个人防护。具体包括:(1)学习相关知识,推荐国家卫生健康委疾病预防控制中心组织编写的《新型冠状病毒感染的肺炎公众防护指南》或者官方媒介宣传的相关防护知识;(2)不聚会,尽可能待在家里;(3)外出时要戴好口罩,注意与他人保持距离,减少接触;(4)回家要先洗手再和家人接触;(5)保持正常作息规律,合理饮食;(6)适当运动,提升自身免疫力;(7)出现轻微症状如咳嗽、低热等,不要恐慌,很可能只是普通感冒,或仅仅是紧张引起的躯体化症状;如有感染风险者(有接触感染者或疫区经过史)要自我隔离,及早就诊。

安全返校

- 乘坐公共交通工具时,全程佩戴医用外科口罩或KN95/N95口罩。
- 随时保持手卫生,减少接触交通工具的公共物品或部位;接触公共物品、咳嗽手捂之后、饭前便后,用洗手液或香皂流水洗手,或者使用免洗洗手液;避免用手接触口鼻眼;打喷嚏或咳嗽时用纸巾或手肘衣服遮住口鼻。
- 应留意周围旅客状况,避免与可疑人员近距离接触。发现身边出现可疑症状人员,及时报告乘务人员。
- 做好健康监测,自觉发热时要主动测量体温,若出现可疑症状,尽量避免

接触其他人员,视病情及时就医。

5.旅途中如需到医疗机构就诊,主动告诉医生相关疾病流行地区的旅行居住史,以及发病后接触过什么人,配合开展相关调查。

6.妥善保存旅行票据信息,以配合可能的密切接触者调查。

7.到校按学校要求报告,登记相关信息,填写健康卡(健康卡内容至少应包括:自身身体健康状况、家庭成员身体健康状况、假期期间是否曾前往疫情防控重点地区、是否接触过疫情防控重点地区高危人群等情况)。

应急处置

1. 疫情处置流程

学校一旦发生新型冠状病毒感染的肺炎疫情,应及时上报,并在当地卫生健康部门指导下开展疫情防控工作。

应急处置流程

(1)做好疫情报告。若有本校师生员工被诊断为新型冠状病毒感染的肺炎患者,学校立即报告当地疾病预防控制机构和教育行政部门。

(2)协助开展疫情防控。学校如实反映情况,接受卫生健康部门的调查、采样、密切接触者筛查、隔离治疗等预防控制措施。学校建立健康教育网络平台,开设心理咨询热线,提供服务。

(3)根据疫情防控需要,学校按照卫生健康部门和教育行政部门的建议,必要时采取班级或全校停课等措施。配合属地疾病预防控制机构对疫点开展终末消毒、疫情调查和宣传教育等工作。

(4)查验证明。师生员工病愈或隔离期满后,须持医院病愈返校证明或隔离解除证明到学校卫生机构复核确认登记,持有学校卫

生机构出具的证明方可复课和上岗。

(5)分析疫情发生的经过,总结经验,优化流程,加强管控。进一步做好健康教育,提高师生疫情防控的知识和技能。

2. 做好心理支持和疏导

保持正常的生活节奏。保持积极乐观的态度和良好的作息习惯,劳逸结合;减少聚会,勤洗手,公众场所戴口罩。

调整良好的心理状态。勇于面对疫情带来的心理压力,多运动,多交流,听音乐,缓解紧张情绪,不道听途说,不传谣信谣,多做自己喜欢的事情。

提供必要的校园支持。开设心理咨询热线,提供有效支持服务。学会自我保护和帮助他人,同学之间互相陪伴,分享乐趣,倾听苦恼。

寻求专业的心理帮助。学校充分发挥心理咨询室的作用,主动发现并认真对待寻求帮助的师生员工,给予心理关怀。对于情况严重者,及时与家属沟通,寻找专业机构的心理帮助。

(资料来源:人民网、光明网、国家卫健委网站)