

# 感染后是否会影晌心血管系统? 康复期如何做好营养管理?

——权威专家解答防疫热点问题

新华社记者顾天成、董瑞丰

近期,部分新冠病毒感染者进入康复状态,但仍遗留咳嗽、嗓子不舒服等一些症状。感染新冠病毒后是否会影晌心血管系统?出现哪些症状可能是心血管疾病风险,需要就医?康复期如何做好营养管理,能否进行运动锻炼?围绕公众关注的热点问题,国务院联防联控机制有关专家作出专业解答。

## 感染新冠病毒后是否会影晌心血管系统?

北京安贞医院常务副院长周玉杰介绍,感染新冠病毒5-7天后,大部分人群能够症状好转、逐步康复,但也有少数患者会累及心肌,一般发生在感染新冠病毒两周以后。但只要做好自我健康管理、科学防范,就可以避免损伤,安全度过窗口期。

据介绍,病毒感染对心脏造成的损害大多和免疫反应联合叠加产生,而人体免疫反应驱动会有所滞后。比如感染新冠病毒后发烧退烧了,只是度过了新冠病毒感染的第一个恢复期,不能掉以轻心。此后产生免疫反应的过程,仍要注重休养,做好生活方式管理。

同时,有基础心血管疾病的患者要着重控制好基础疾病,按时规律服用药物,药物的增量、减量、停药,一定要在医生的指导下进行。

## 出现哪些症状可能是心血管疾病风险,需要就医?

周玉杰提醒,假如在感染新冠病毒的康复期内出现严重胸痛、胸闷、气短、心悸,甚至晕厥等症状,要及时到医院就医。

可通过观察是否存在轻微症状的突然变化,判断主观感受与就医信号的不同。假如前述症状出

现由轻到重的快速变化,有可能是病毒引起的心肌炎,要引起重视,及时就医。

心肌炎一般在中青年人群中居多,一般通过血液检查能够看到心肌损伤的标志物,通过动态心电图、心脏超声检查也能及时诊断。

## 康复期如何做好营养管理?

北京协和医院临床营养科主任于康表示,要把营养管理贯穿于整个新冠病毒感染防治前中后全过程。康复期食物要尽可能易消化、种类多。

良好的营养基础对提升老年人免疫力十分重要。一些老年人因为生活习惯或子女不在身边等因素,长期吃得较为单调,身体营养基础相对较弱,一定程度上会影响免疫状况。

于康建议,老年人饮食要做到荤素搭配、丰富多样,摄入优质蛋白质。在正常饮食基础上,可以补充一些复合维生素等营养补剂。把功夫在平时营养摄入,对维持整体抵抗力非常有帮助。

## 康复期能否进行运动锻炼?

周玉杰表示,更好度过康复期和免疫反应窗口期,不能突然剧烈运动,要避免熬夜,戒烟戒酒,做好生活方式管理。

据介绍,有氧运动会使心率加快,耗氧量增加,过度的无氧运动也会造成乳酸堆积。在心脏心肌的修复窗口期,要避免做连续打羽毛球之类的剧烈运动。

同时,也要“动静结合”,不能躺着一点不动,容易出现血栓等栓塞性疾病。科学适量运动,可以将运动标准下降到低于原体能的1/3。

新华社北京12月27日电

## 国内是否仍有德尔塔毒株流行?抗新冠病毒药物怎么用?

——国务院联防联控机制专家解答防疫热点问题

新华社记者董瑞丰、顾天成

近期,部分地方新增感染者处于快速增长期,各地想方设法保健康、防重症。目前国内是否仍有德尔塔变异株流行?抗新冠病毒药物该怎么用?针对公众关心的一些热点问题,国务院联防联控机制组织专家作出解答。

### 我国是否仍有德尔塔变异株流行?

近日,网络上有传言称,我国部分地区同时流行德尔塔变异株和奥密克戎变异株。

对此,中国疾控中心病毒病所所长许文波表示,根据实时动态监测,国内没有发现德尔塔变异株在流行,也没有发现德尔塔变异株与奥密克戎变异株重组。从12月初至今,国内监测到9个流行的新冠病毒亚分支,都属于奥密克戎变异株。

### 国内是否产生新的变异株?

许文波介绍,从12月初至今,中国疾控中心通过抽样调查,完成了1142个病例的全基因组测序,发现奥密克戎变异株亚分支BA.5.2和BF.7占全国流行的绝对优势,两者合计超过80%。此外,还有7个奥密克戎变异株亚分支也在流行。

许文波介绍,这些亚分支中没有发现特征性的基因组突变,都是境外输入而来。12月共发现31个奥密克戎变异株亚分支输入国内,其中也包括正在国外加速传播的BQ.1、XBB等亚

分支。

### 不同变异株是否会导致再感染?

北京大学第一医院感染科主任王贵强表示,对于绝大部分免疫力正常的人来说,半年内人体内都会存在有效的免疫抗体,同一毒株的二次感染概率极低,即便感染了也不会出现严重症状。

王贵强表示,如果出现新的变异株,或者新的亚分支表现出很强的免疫逃逸能力,是可能导致再感染的。根据人体内的免疫抗体,再感染的间隔时间越短,症状通常越轻,间隔时间长了,症状就偏重。因此,这轮疫情过后,大家仍要注意做好健康防护。

### 抗新冠病毒药物该怎么用?

王贵强介绍,高龄老人,尤其是有基础病、没有接种疫苗的高龄老人,属于高风险人群,面对疫情要早发现早干预。一些口服的抗新冠病毒小分子药物,可以在发病或感染得到明确诊断后尽早使用,一般在5天内使用。

王贵强表示,这类抗新冠病毒小分子药物存在与其他不少药物相互作用的问题,也会有一些副作用,因此务必在医生指导下使用。此外,研究显示,这类药物不能用于预防性治疗,对重症患者的效果也不明显。

新华社北京12月27日电

## 最高法发文:明确居家办公或者灵活办公工资标准问题

新华社北京12月27日电(记者齐琪、罗沙)最高人民法院27日发布关于为稳定就业提供司法服务和保障的意见。其中明确,除依法按协商程序降低劳动报酬外,用人单位安排劳动者通过居家办公或者灵活办公等方式提供正常劳动,劳动者请求按正常工资标准支付其工资的,人民法院应当依法支持。

最高法民一庭负责人介绍,意见从四方面提出14条具体服务保障举措,更好统筹疫情防控和经济社会发展,进一步发挥人民法院职能作用,服务保障稳就业大局。

据悉,意见推动落实就业优先政策,妥善审理社会保险纠纷、房屋租赁合同纠纷、金融借款合同纠纷等案件;依法支持脱贫人口稳岗就业,推动农村劳动力转移就业;妥善审理平等就业权纠纷案件,坚决纠正用人单位性别、地域歧视行为,支持高校毕业生多渠道灵活就业。

其中,意见明确,高校毕业生在试用期内因受疫情影响不能返岗的,可以引导用人单位采取灵活的试用考察方式考核其是否符合录用条件;无法采取灵活考察方式实现试用期考核目的的,无法实施考察实现试用期考核目的期间可以协商不计算在原约定试用期内,用人单位通过顺延试用期变相突破法定试用期上限的,人民法院不予支持。

同时,意见妥善处理劳动争议案件,贯彻落实国家保就业保生产、复工复产等政策,准确把握新阶段疫情防控各项措施,审慎处理涉疫情劳动争议纠纷,依法保障用人单位和劳动者权益;依法对劳动者居家办公或灵活办公工资支付问题作出规范;积极引导和支持用人单位与劳动者依法协商,采取有关措施稳定工作岗位,推动构建和谐劳动关系。

## 环评信息公示

项目名称:1万吨/年丁苯透明抗冲树脂提质扩能技术改造暨生产装置技术改造项目

建设地点:广东省茂名市高新区七迳镇乙烯南路1号

项目性质:改扩建

建设单位:广东众和高新科技股份有限公司

现征求建设项目影响范围内的公众、机构或其他组织的代表及关心本项目建设的公众的意见和建议。

报告书征求意见稿链接:

<https://pan.baidu.com/s/1AanS4VtUZ-RyPt5e4XaskXA> 提取码: fbrd

公众意见表链接:

<https://www.mee.gov.cn/xxgk/2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.doc>

建设单位联系方式:梁晓云(13929724122)

环评单位联系方式:广东环科技术咨询有限公司刘飞(电话18653568107,邮箱404949765@qq.com)

联系地址:茂名市厂前东路163号大院

如果您需要本项目纸质版环境影响报告书,请与建设单位联系,我们尽快将报告书印刷版邮寄过去。提交公众意见表的方式和途径:可通过电话联系或直接通过邮箱提交意见。