

张伯礼院士详解： 为何新冠患者已退烧，还需进行集中治疗

答“疫”解惑

◎本报记者 陈曦

在前不久举办的北京市新型冠状病毒肺炎疫情防控工作第373场新闻发布会上，北京市疾病预防控制中心副主任刘峻峰介绍，截至6月22日15时，北京市经开区新增新冠肺炎病毒感染者3例。其中，一位8岁新冠肺炎病毒感染者，6月12日至19日连续8天核酸检测均为阴性，6月20日下午发烧，体温达37.5摄氏度，未去医院、自行服药，6月21日早晨体温恢复正常。目前，该患者已被转至小汤山医院接受救治。

有些网友对于这一救治措施表示不解：既然这名8岁患者已服药退烧，那是否还需要被送去定点医院接受集中隔离治疗呢？为什么不能居家隔离治疗呢？

对此，中国工程院院士、全国新冠肺炎疫情医疗救治专家组组长张伯礼在接受科技日报记者采访时表示，新冠肺炎确诊患者就算没有发热、干咳、乏力、腹泻等症状了，但其病情可能不稳定，在核酸检测结果没有转为阴性前，仍需要按照

相关要求接受治疗。

退烧不意味着病情转轻

张伯礼表示，这位8岁新冠肺炎患者只是退烧了，但不意味着其核酸检测结果已转为阴性，那么他就依然具有传染性，需要接受集中隔离治疗。“此时如果采取居家隔离治疗措施，还是有一定传播风险的。”他说。

张伯礼解释，一方面，我国大中城市社区居民人口密度相对较大，患者排泄物、日常用品等都可能具有传染性，这容易导致疫情在社区传播扩散；另一方面，患者退烧不一定意味着其病情转轻，更不意味着痊愈。

“除密切关注核酸检测结果外，我们还需警惕新冠肺炎患者病情可能出现反复甚至恶化。”张伯礼强调，如果这位感染者不能及时接受专业治疗，其发展成为新冠肺炎重症患者的风险就会升高。尤其是年幼、高龄、有基础病的新冠肺炎患者，更需要持续进行观察和治疗。

核酸两次为阴才可出院

于2022年3月发布的《新型冠状病毒肺炎诊



新冠肺炎确诊患者就算没有发热、干咳、乏力、腹泻等症状了，但其病情可能不稳定，在核酸检测结果没有转为阴性前，仍需要按照相关要求接受治疗。

张伯礼

中国工程院院士、全国新冠肺炎疫情医疗救治专家组组长

疗方案(试行第九版))(以下简称新版《诊疗方案》)进一步完善了新冠肺炎病例分类及收治措施。轻型病例实行集中隔离管理，普通型、重型、危重型病例和有重型高危因素的病例应在定点医

院集中治疗，其中重型、危重型病例应当尽早收入重症加强护理病房(ICU)治疗。

“香港、上海的经验表明，高龄、有基础病等有高危因素且有重症倾向的患者也宜被收入条件较好的医院进行治疗。”张伯礼强调。

“即便是新冠肺炎无症状感染者，也需要接受集中隔离医学观察，这样可以避免交叉传播造成疫情扩散的问题。同时，早期无症状感染者不一定一直无症状，有些人几天后就出现了明显的症状。”张伯礼表示，新冠肺炎无症状感染者可以接受中医药的治疗，临床经验也表明，中药一方面可以提高机体免疫力，另一方面也可防止这些无症状患者演变成有症状患者。

按照现行标准，核酸检测结果两次为阴性的新冠肺炎患者就可以出院。新版《诊疗方案》也对出院后的监测措施进行了优化，将“出院后继续进行14天隔离管理和健康状况监测”修改为“解除隔离管理或出院后继续进行7天居家健康监测”。此外，我国多地也对居家隔离及监测做出了新的规范和要求，这样既能让患者更好地进行康复，也可以及时发现可能出现的复阳者。

“最后需要提醒的是，核酸检测结果为阴性但出现了发热、咳嗽等症状，也应及时前往正规医院就诊，由专业医生进行检查和处理。”张伯礼强调。



视觉中国供图

地球到达远日点天气将变寒冷、长期戴口罩可致肺结节增大……

酷暑之下，莫让这些谣言再增“热”度

辟谣

◎本报记者 陈曦

夏至过后，全国多地开启了高温模式，部分地区气温甚至达到40摄氏度。伴随滚滚热浪

而来的，还有谣言，包括“蚊子包越大，蚊子毒性越强”“用空气炸锅做的菜致癌”“长时间戴口罩可致肺结节增大”“地球到达远日点天气将变寒冷”……

今天，科技日报记者就对本月新出现的谣言逐一进行盘点，帮助您拨开迷雾、寻找真相。

蚊子包越大，蚊子毒性越强？

真相：主要与蚊子种类和个人敏感性有关

夏季除了高温，让人烦心的还有蚊子。有的人被蚊子叮咬后，可能起一个小红包，而有的人被叮咬后，就会变得惨不忍睹——因被蚊子叮咬而变成“招风耳”“腊肠嘴”“猪蹄手”的新闻屡见诸报端。

同样是被蚊子叮咬，为何包的“型号”如此不同？网传“蚊子包越大，蚊子毒性越强”，对于这一说法不少人深信不疑，那么真相究竟是什么呢？

“被蚊子叮咬后，皮肤会出现风团、丘疹、瘙痒等症状，我们常说的蚊子包是皮肤局部的过敏反应。”天津医科大学总医院变态反应科副主任医师刘瑞玲在接受科技日报记者采访时表示。

蚊子叮咬人时，会将刺吸式口器刺入人体皮肤引起损伤，它一边刺吸血液一边向人体“下毒”，即分泌唾液来防止血液凝固堵塞它的口器，同时这些唾液也能起到麻痹的作用，让人难以察

觉。感应到蚊子“口水”入侵后，人体的免疫系统就会启动，分泌的组胺和细胞因子会使血管扩张、血管通透性增加、局部组织水肿，进而引起皮肤瘙痒和局部炎症反应。

“每个人被蚊子叮咬后的炎症反应程度，主要与蚊子种类和个人敏感性有关。”刘瑞玲解释，当过敏体质的人被蚊子叮咬后，其体内会分泌大量的组胺和细胞因子，进而引发过敏反应。轻者出现风团、丘疹、血管性水肿，严重的还会出现全身反应。

此外，蚊子包的大小和被叮咬部位也有关系。眼睑、口唇、手背、儿童包皮等疏松结缔组织部位，被叮咬后容易出现水肿，蚊子包也会显得比较大。

被蚊子叮咬后，不要拼命挠，搔抓会给局部皮肤施加机械压力，同时也会让血流速度加快，这些都会加重炎症反应，导致蚊子包可能变得更大。

够的实验性证据。其次，以油炸、烧烤方式烹调富含碳水化合物的食材时，若温度超过120摄氏度，就有可能产生丙烯酰胺，而且烹调时间越长，食材含水量越少，产生的丙烯酰胺就越多。而且从量上来对比，空气炸锅的加热效率更高，食物保持在高温下的时间更短，甚至其产生的丙烯酰胺可能少于其他高温烹饪方式。

长期戴口罩可致肺结节增大？

真相：正常使用不会对肺部造成伤害

目前，随着新冠肺炎疫情常态化，口罩依然是大家每天的“必需品”。前不久，网上传出“长时间戴口罩可致肺结节增大”的说法，称口罩中间层熔喷布系石油产品，其中的微米颗粒会经由呼吸道进入人体肺部，长期佩戴会导致肺结节增大。

对此，天津工业大学纺织科学与工程学院教授钱晓明在接受科技日报记者采访时表示，在正常使用范围内佩戴口罩，是不会产生微米颗粒的，更不会进入肺部。

“除了棉、毛、麻、丝、再生纤维素纤维等纺织材料外，包括熔喷布在内的很多合成纤维都是利用石油基材料制成的。”钱晓明介绍，聚丙烯作为主要的石油基材料，应用范围非常广泛。而制作

“我们不能抛开剂量来谈毒性。”王浩表示，对普通人来说，在日常饮食中不会短时间内大量摄入丙烯酰胺。只要正常食用，根本达不到危险摄入量水平。不过，他建议大家在使用空气炸锅烹饪含淀粉的食材时，最好提前做一下预处理，比如在炸薯条前，用清水冲洗掉土豆表面的淀粉。同时合理把握烹饪时间，别在高温下烹饪过久。

口罩用的熔喷布，就是由聚丙烯高分子材料加工而成的超细纤维非织造材料。

“这种高分子材料经过加工成为熔喷布后，具有一定强度和非常好的过滤性能，在正常的使用时限内，不可能产生小分子物质。”钱晓明表示，不过，聚丙烯材料不耐紫外线，经过长时间日光照射，会出现变脆、强度减弱的问题；其在外力的作用下，比如用手捻、搓，也可能变成粉末颗粒。

不过，钱晓明强调，这种粉末颗粒都是以大颗粒形态存在的，很难被人吸入进肺里。

“熔喷布口罩只要不在太阳下暴晒，同时不超过使用期限，就不会产生微米颗粒。一般在背光的地方储存两年内，都是没有问题的。”钱晓明补充道。

地球到达远日点天气将变寒冷？

真相：天气的冷热与太阳照射角度有关

近日，网上传出这样一则消息：从今年5月22日起太阳会远离地球，逐渐到达远日点，此时天气会变得比较寒冷，这一现象将一直持续至今年8月。

目前，全国多地的高温已让传闻不攻自破，不过还是有人担心，现在的高温只是今年夏天的“昙花一现”，未来气温会持续走低，真的会如此吗？

“地球绕太阳公转的轨道大致呈椭圆形，但它的长轴和短轴相差不大，所以基本可以看成是一个圆。”天津市天文学会常务副理事长阚为国在接受科技日报记者采访时表示，地球在轨道上运动时，与太阳的距离有时近、有时远，其在离太阳最近的位置就是近日点，离太阳最远的位置就是远日点。

“无论处于近日点还是远日点，地球与太阳之间的距离都差不多。”阚为国表示，当地球处在近日点时，其距离太阳1.471亿千米；而当地球处在远日点时，其距离太阳约1.521亿千米。两者相差

0.05亿千米，只占到地日平均距离的3.3%，几乎可以忽略不计。因此，地球在近日点和远日点所获得的热量差别非常小。

人们在地球上感受到的温度变化，主要和太阳照射的角度有关。“地球的公转轨道面和赤道面是有一个夹角的，每年6月22日左右，即北半球夏至这天，太阳直射北回归线，此时北半球(大部分地区)距离直射点最近，获取的热量比较多，因此天气比较热；反之12月22日左右，即北半球冬至这天，太阳直射南回归线，北半球获得热量比较少，天气比较冷。”阚为国解释道。

“其实，每年1月初，地球恰恰处于近日点，此时正好是北半球的冬天，这时天气比较寒冷。而到了7月初，地球转至远日点的时候，却是北半球的夏季，天气相对比较炎热。”阚为国表示，可以说，天气的冷热和近日点、远日点关系不大。

小儿“科”

“小眼镜”增多

专家支招教你科学用眼

近年来，全球青少年近视率居高不下。新冠疫情以来，由于户外活动减少和利用电子设备在上课时间增多，青少年近视率进一步上升。为了帮助青少年预防近视和健康成长，多国眼科专家提出科学用眼建议。

科学用眼第一招：保证正确姿势。日本眼科医师协会推荐，预防近视需要注意读书写字时的正确姿势，身体坐正，保证眼睛和书本的距离在30厘米左右。《韩国时报》援引韩国金氏眼科医院医生金应洙的话说，远程授课方式下，学生应了解如何正确使用电子设备，如距离屏幕至少50厘米等。

科学用眼第二招：避免眼睛疲劳。日本眼科医师协会建议，为防止眼睛疲劳，用眼1个小时需要休息5分钟到10分钟，玩电子游戏等尽量不要持续40分钟以上。俄罗斯Eyecraft眼科工作室眼科医师玛丽亚·莱维娜建议：“4岁以下儿童根本不应该接触电子产品；8岁以下儿童每天接触电子产品的时间不应超过15分钟至20分钟；12岁以上儿童每天不应超过2小时。”

巴拿马眼科学会前主席费利克斯·迪亚斯则提到“20—20—20”口诀，即在使用电子设备时，每20分钟停止看屏幕20秒，并远望20英尺(约6米)外的地方休息眼睛。

科学用眼第三招：增加户外活动。德国图宾根大学眼科研究所专家弗兰克·舍费尔说，预防近视最好的措施是花足够的时间在室外，如每天在户外活动两小时。近视通常出现在8岁至15岁之间，但眼睛的发育直到16岁到18岁左右才结束，至少在此之前，充足的日光可以抑制近视发展。韩国江南明亮世界眼科医生朴命景也建议，保证每天的户外活动，多晒太阳，促进合成维生素D，从而预防近视。

科学用眼第四招：定期视力检查。朴命景建议，每半年做一次视力检查。巴拿马马丁内斯·加西亚眼科诊所眼科医生克里斯蒂娜·加西亚建议定期视力检查，间隔控制在6个月至1年之间。古巴眼科研究所医生劳尔·佩雷斯也说，孩子睡前1到2小时内应避免使用电子产品，有条件的情况下每年进行眼科检查。

厄瓜多尔首都基多一所学校的校长介绍，该校和一家眼科诊所建立了联盟，每年对全体学生和教职员工展开一次眼科检查。(据新华社)

给您提个醒

洪水袭来怎么办

逃生自救指南请收好

◎新华社记者 熊家林 余刚 郭杰文

6月以来，南方强降雨过程频繁，华南多地出现同期降雨，洪涝、滑坡等次生灾害频发。

在汛期，普通百姓该如何预防和躲避洪涝灾害？野外遇到山洪如何紧急避险？记者采访了基层有实战经验的防汛干部和专家，听听他们怎么说。

江西省应急管理厅防汛抗旱处工作人员邓增凯建议，在汛期经常收听天气预报，了解掌握灾情预报预测。遭遇灾害性天气尽量不外出。不到易发生山洪的区域，例如：河岸边、沙滩、低洼处等地游玩逗留。不到小溪、河流，尤其是水库等水域捕鱼玩耍。

若遭遇了洪水，一定要保持冷静，迅速判断自己周边环境，尽快向山上或者较高地方转移逃生。认清路标，明确撤离路线和目的地，避免因为惊慌而走错路。洪水到来时来不及转移的人员，就近迅速向山坡、结构牢固的楼房上层、高地等地转移。

德兴市应急管理局局长陈院生补充说，在及时关注天气预报、掌握水情信息的基础上，住在低洼地段的居民，在汛期可以准备一些沙袋、挡水板等，防止水灌入家中。当洪水来临时，可以向二楼、甚至三楼等高处转移，如果是平房，则建议就近往高处转移，及时避险。

倘若田间劳作的农民突然遇到山洪来临，可以朝山洪流向的垂直方向的高处逃生。逃生时要尽量避开行洪道，向沟岸两侧的山坡高处跑，尽可能到洪水侵袭不到的高处平地。选择安全位置后等待救援，向外界发出救援信号，以尽早脱困。

6月18日至20日，德兴市泗洲镇遭受暴雨侵袭，乡镇多处被淹。当地及时转移近千人，未产生重大人员伤亡。泗洲镇党委书记冷敏说，其实山洪等灾害来临前是有征兆的，当乡镇24小时降雨量超过100毫米时，他就意识到可能有山洪、滑坡等灾害风险，并及时预警当地居民。汛期一旦溪水河流水位陡涨，或已经遭受连续降雨、土壤饱和，就需要警惕可能来临的洪涝灾害，做好防灾减灾工作。



视觉中国供图