

截至11月30日,上海18岁以上人群新冠疫苗全程接种率达93%,疾控专家呼吁——

# “应接尽接”增强防护,符合条件老年人尽快接种加强针

■本报记者 李晨琰

眼下,新冠疫情仍在全球肆虐。紧随“德尔塔”之后,还出现了新冠变异毒株“奥密克戎”。疫情再度提醒大众,秋冬季节病毒传播绝不能忽视。

防控新冠疫情,除做好防疫“三件套”、防护“五还要”,延续已经形成的良好卫生习惯外,接种新冠疫苗仍是有效的防疫利器之一。记者从上海市疾控中心了解到,截至11月30日,上海3岁以上人群新冠疫苗全程接种率达87.7%,18岁以上全程接种率达93%。市疾控中心专家也再度呼吁,所有人群均是新冠病毒的易感人群,其中老年人、儿童等体弱人群尤要做好疫苗接种工作,特别是已经完成两剂次灭活疫苗或1剂次腺病毒载体疫苗基础免疫且满6个月的老年人,应尽快接种加强针。

## 老人感染后重症、死亡风险均高于年轻人和儿童

上海自今年3月起,按照“知情同意,自愿免费”的原则启动60岁及以上人群新冠疫苗登记预约接种工作。上海市疾控中心数据显示,截至11月30日,60岁以上人群接种新冠疫苗361万人,完成全程接种353万人,完成加强免疫40万人。

不过,记者在采访中了解到,部分老年人仍存在犹豫、观望情绪。“有些老人认为自己活动范围小,因此‘中招’机会不大。”上海市疾控中心副主任孙晓冬直言,这是明显的误区,“即使老人出门少,家中小辈也存在将病毒带回家感染老人的风险。”

此外,老年人一旦感染新冠病毒,其后果是相当严重的。在国务院联防联控机制召开的新闻发布会上,国家卫生健康委科技发展中心主任郑忠伟透露,根据各国统计情况来看,目前全球死亡人数主要集中在70岁以上。从广东、江苏散发疫情以来的一些数据分析显示,老年人接种新冠疫苗后出现重症的风险明显低于未接种疫苗的老年人,出现重症的感染者90%以上没有接种疫苗。

孙晓冬说,60岁以上老人随着年龄增大,身体各方面机能下降,免疫力也较低,且多合并慢性疾病(如高血压、糖尿病等),不仅是新冠病毒的易感人群,而且一旦感染,其发生重症、死亡的风险均高于年轻人和儿童。“因此,我们建议,60岁以上人群,在身体条件允许的情况下,有必要接种疫苗。”

## 疫苗在老年人接种过程中显示出良好安全性

截至目前,我国新冠病毒疫苗在境内外60岁以上老人中的接种数量已

超5亿剂次,疫苗在老年人的接种过程中均显示出良好的安全性,且老年人不良反应略低于成年人。

自11月1日起,上海全面启动新冠病毒疫苗加强免疫接种。不少老年人已完成新冠病毒疫苗基础免疫,但对于是否要继续接种加强针有些犹豫。

“加强免疫是指按照常规程序完成疫苗接种后,根据保护效果消退的情况进行补充接种,从而保持人体对相应疾病的免疫力。”孙晓冬解释,加强免疫并非新名词,其实在疫苗接种中的百白破、脊髓灰质炎等免疫规划疫苗,免疫程序中已经包含了加强免疫的剂次。另外,对于非免疫规划疫苗,比如狂犬病疫苗,完成全程免疫半年后如果再次被可疑动物致伤,就需要进行加强免疫。

基于目前最新的新冠病毒疫苗加强免疫研究结果,专家组综合考虑了疫苗的安全性、免疫原性等相关因素,在这个基础上提出了在完成全程免疫6个月后开展加强免疫的策略。这其中有一个重点指向,即老年人群。

“通过两年来对新冠病毒的研究发现,老年人接种新冠病毒疫苗后产生的中和抗体水平低于年轻人,而且所有人群在接种新冠病毒疫苗后,随着时间的推移,中和抗体水平也会出现一定程度的下降。”郑忠伟呼吁,老年朋友不仅要加快疫苗接种,还应适时尽快接种加强针。

## 疾病稳定期可正常接种,接种前可带既往病史材料

不少老年人患有基础性疾病,接种新冠疫苗时需要注意什么?孙晓冬建议,老年人在预约接种前,做好健康管理,将血压、血糖控制在正常范围,即这些疾病的病情处于稳定期,比如高血压控制在正常范围内,是可以接种新冠疫苗的。

如果老年朋友搞不清楚自己的慢性病是在“稳定期”还是“发作期”,可以把既往病史材料带在身边,每个接种点在接种前都会给接种者做预检。“也请老年朋友不要隐瞒自己的病情,将自身情况跟预检医生说清楚,看看当前的身体状况是否适合接种,也可以咨询自己的主治医生,让医务人员根据你的情况来判断。”孙晓冬说。

此外,在疫苗接种前后,仍应按医嘱用药,包括高血压患者、糖尿病患者、甲减患者使用的常规药物,不可擅自停药,具体可参考相关药物说明书。

孙晓冬也特别提醒,接种者留观30分钟非常重要,接种疫苗后绝大部分过敏反应一般出现在30分钟内,请接种者配合,以便医护人员及时处置异常情况。如遇到接种疫苗之后出现不适症状,持续时间比较长,建议尽快就医。

# 继续坚持防疫“三件套”防护“五还要”

上海昨新增2例本土确诊病例,暂未发现与此前疫情有关联

本报讯(记者李晨琰)上海昨天新增2例新冠肺炎本土确诊病例,均已转运至上海市公共卫生临床中心隔离治疗,目前病情稳定。经市防控办研究决定,将浦东新区花木街道牡丹路186弄小区列为中风险地区,上海市其他区域风险等级不变,世纪公园正常开放。

昨天举行的上海市新冠肺炎疫情防控新闻发布会上,市卫生健康委主任邬惊雷介绍,专家积极开展流行病学调查、溯源和防控管理工作,截至目前,暂未发现与此前疫情有关联。

接种疫苗是预防传染病的最有效手段之一。邬惊雷透露,截至12月1日,上海已接种4642.45万剂新冠疫苗,接种覆盖2321.96万人,其中2142.07万人完成全程接种,2021年11月1日起已经全面启动新冠疫苗加强免疫接种,297.59万人已完成加强免疫接种。他也提醒,尚未接种的市民尽快接种新冠病毒疫苗,也请完成全程接种满6个月以上的市民尽快进行加强免疫接种。

截至12月2日17时,已排查到确诊病例在沪密切接触者146人,已落实管控和采样,其中64人核酸检测结果为阴性,其余正在检测中。已排查到在沪密接的密接344人,已落实管控和采样,其中86人核酸检测结果为阴性,其余正在检测中。

累计排查到筛查人员14208人,其中6351人核酸检测结果为阴性,其余正在采样检测中。累计采集环境样本1157份,其中7件核酸检测结果为阳性(系病例家庭环境样本),671件核酸检测结果为阴性,其余正在检测中。

浦东新区副区长左轶梅介绍,目前,新增确诊病例涉及的相关小区已第一时间落实14天封闭管理措施,并开展核酸检测工作,确保人员只进不出、应检尽检。上周开始封闭管理的两个小区,到目前为止核酸检测结果均为阴性,“我们将持续做好各方面服务保障。封闭小区已组建医护、教育、特殊关怀、安全保障等工作组,以保障小区居民的生活”。

“当前,全球疫情仍处于大流行状态,上海作为重要口岸城市和对外开放门户,外防输入压力大,我们将因时因势优化疫情防控策略,通过更科学精准的防控措施,更深入的精细化管理,紧盯‘人’入口、落脚点、流动中、就业岗、学校门、监测哨’,更好守护市民健康和城市安全。”邬惊雷说,请市民朋友们继续坚持防疫“三件套”、牢记防护“五还要”,做好自我健康监测,出现发热、咳嗽、乏力、嗅觉味觉减退等不适症状,请佩戴口罩前往就近的发热门诊就诊。

## 确诊病例情况

**病例1:**女,74岁,来沪前在外地居住两个月,11月18日由其女儿陪同坐高铁来沪,在沪居住地为浦东新区花木街道牡丹路186弄小区。该病例自述11月27日起有轻微不适,12月1日晚因发热与其女儿一同前往仁济医院浦东院区发热门诊首诊。2日凌晨,新冠病毒核酸检测结果异常,后经市、区疾控中心复核为阳性。经市级专家组会诊,结合临床、影像学表现和实验室核酸检测结果,诊断为新冠肺炎确诊病例(普通型)。该病例已接种2剂新冠疫苗。

**病例2:**女,44岁,系病例1的女儿,居住地为浦东新区花木街道牡丹路186弄小区。该病例11月18日陪同病例1从外地坐高铁返沪,自述11月30日出现发热,12月1日晚因发热与病例1一同前往仁济医院浦东院区发热门诊首诊。2日凌晨,新冠病毒核酸检测结果异常,后经市、区疾控中心复核为阳性。经市级专家组会诊,结合临床、影像学表现和实验室核酸检测结果,诊断为新冠肺炎确诊病例(普通型)。该病例已接种2剂新冠疫苗。

# 吴凡:抗疫没有局外人,人人负责才能回归正常

本报讯(记者李晨琰)根据国家和上海相关密接排摸规范界定密接、次密接、风险人群并实施管控措施,为何最近几次排查管控涉及面较广?昨天举行的上海市新冠肺炎疫情防控新闻发布会上,市疫情防控公共卫生专家组成员、复旦大学上海医学院副院长吴凡介绍,这其中既有偶然性也有必然性。

吴凡表示,确诊病例涉及的密接及次密接范围到底有多宽,取决于病例本身的工作性质、生活轨迹以及社交网络,这其中有一定偶然性。而在上海这样一座超大城市中,排查范围广又有其必然性。“对呼吸道疾病传播而言,既可以通过接触传播,也可以通过空气传播,超大城市人口密度大、流动性大,人员交流比较频繁,密接和次密接排查管控的涉及面就会相对比较广泛。”

吴凡提醒市民,不必对秋冬季出现的新冠疫情太过纠结,上海已经在过去一年的新冠疫情防控中积累了很好的经验和做法,其中最重要的一条,就是落实四方责任,即属地、部门、单位和个人责任。“如果每个环节、每个领域、每一个人,把自己应该落实的防控要求能每天24小时、每周7天,不折不扣做到规范到位,不落一个细节,那么我们的防控就是到位的,哪怕面对一些散发病例,我们也有强大的底气和信心。”

吴凡同时提醒,公共交通工具、医疗机

构、学校等聚集的重点场所,要每天落实消毒、室内通风以及进出人员的扫码、测温、督促佩戴口罩等所有行之有效的措施。

本次新增确诊病例中有一位74岁的老年人,吴凡说:“大部分老年人或多或少都有慢性疾病,与青少年相比免疫力相对较低,也是新冠肺炎的易感人群。加之秋冬季呼吸道感染多发,容易出现多种疾病叠加的风险。”

针对老年群体的日常防护,她也发出五点提醒:首先,增强保护力。疫苗是增强保护力最好的办法,尚未接种新冠疫苗的老年人尽快预约接种,已完成基础免疫且满6个月的老年人尽快预约接种加强针。其次,提高自身免疫力。保持规律作息、注意休息、营养均衡、适当锻炼,同时居家也要经常开窗通风,尤其快到冬季,每天早中晚仍应适度通风。再次,非必要不去人群聚集的场所。如果一定要参加社会活动,做好防疫“三件套”、防护“五还要”,尤其要规范佩戴口罩。同时,非必要不离沪,尤其不要前往国内其他中高风险地区。最后,家属要注意观察老年人的健康状况。一旦家中老人出现发热、嗓子疼、嗅觉改变等与新冠肺炎密切相关的症状,请第一时间前往就近的发热门诊就诊,不要自行服药。

吴凡更是提醒,前往发热门诊的途中,请做好个人防护,尽量不搭乘公共交通,“抗疫没有局外人,只有人人都负责,落实自己的责任,才能回归最正常的生活”。



## 公交公司加强防疫消杀

在疫情防控常态化之下,公交公司加强了防疫消杀工作。图为巴士四公司七车队929路公交车工作人员正在对车厢扶手进行消毒。本报记者 张伊辰摄

## 聚焦上海教育数字化转型

# 到2025年,上海将建百个老年智慧学习场景

进一步深化和推进数字赋能老年教育,创造更加包容普惠友好的老年数字生活新图景

■本报记者 王星

在上海老年大学钦州书院5楼的“快乐岛”,69岁沈阿姨和姐妹们正在绿幕前合影。几秒钟后,姚阿姨便通过扫描二维码在手机端收到刚拍好的照片。“回到家,我根据老师教的方法,把人像合成到自己喜欢的风景照上,真的很有成就感,子女看了都很惊讶。”姚阿姨说,在老年大学学习这几个月,她已经掌握了照片合成等多种技能。

日前,记者获悉,到2025年上海将建设100个老年智慧学习场景,创建100个老年智慧学习品牌,开展1000名助老智慧学习骨干教师培训,推进1000个助学团队培育,进一步深化和推进数字赋能老年教育,创造更加包容普惠友好的老年数字生活新图景。

## 生活场景引入课堂,让老年人面对智能技术不再缩手缩脚

有别于传统课堂教学,智慧学习场景将日常生活中数字情境请进校园,通过模拟真实场景,将生活与教学融通,拉近老年人与智能设备之间的距离,让老年人面对智能技术不再缩手缩脚,安心放心“触网”。

在上海老年大学钦州书院5楼的“智慧生活体验教室”,现已有多个老年人喜欢的智能应用情景。“科技岛”“健康岛”“金融交通岛”“生活岛”“快乐岛”的专业教师团队,分别根据老年人在出行、就医、消费、文娱、办事等方面的高频事项和服务场景中遇到的实际困难,开发了“安心支付,智能出行”“健康体验与智能就医”等60多门体验式课程。

据上海老年大学副校长王敏介绍,通过



体验式教学与培训,可以帮助老年人建立“会用”信心。同时,通过开通“智慧生活”“智慧阅读”等体验设备,将“瀑布流”电子书阅览机、手脉支付无人售货机、智能自助咖啡机等设置在各个楼层多个区域,让老年人在校园中可以随时触摸、学习和使用。

## 度身定制数字学习平台,助力老年人跨越数字鸿沟

“上海老年教育慕课”“上海老年人在

线智慧学习营”“上海市终身学习体验基地”……上海开放大学在推进成人高等学历教育数字化转型之外,还构建了面向全体市民的终身学习数字化平台,尤其是针对老年人度身定制的学习板块,帮助他们跨越数字鸿沟。

据上海开放大学副校长王宏介绍,面向全体市民建设的终身学习数字化平台“上海学习网”,目前注册学习人数已超过536万,注册学习者包括社区老年学员、中小學生及其家长、职场从业人员、进城务工人员等。

近年来,上海市教委积极发挥上海学习网、老年人学习网、指尖上的老年教育、老年教育慕课等多个线上学习平台作用,开通市民终身学习云“空中课堂”,通过持续资源更新和平台功能升级,汇聚各类数字化学习资源8900多个。今年,还联合上海广播电视台推出“金色学堂”,作为全国终身教育全媒体学习平台,同步覆盖有线电视及IPTV渠道,全面搭建了大屏、小屏“双渠道”的学习场景,为中老年用户提供了更加丰富、可选择的学习平台。

在上海老年大学钦州书院的“智慧生活体验教室”,老年学员可以根据不同需要,学到60多门体验式课程。图为上海老年大学学员在“金融交通岛”体验模拟驾驶。朱水苗摄

## 龙华医院互联网医院推出便捷膏方复诊模式

## 上海首张互联网膏方处方开出

本报讯(记者唐闻佳)作为上海第一家互联网中医医院,昨天,上海中医药大学附属龙华医院互联网医院开出上海首张互联网膏方处方,患者体验“在家复诊、送膏上门”服务。

龙华医院互联网医院早在2020年4月10日就开通了互联网门诊,开诊至今,受到上海及各地患者的广泛好评。记者从院方获悉,目前,除普通门诊的药品,对膏方有需求的朋友可以通过互联网膏方门诊实现“人在家中坐,膏从医院来”的便捷膏方复诊模式。

万女士是龙华医院互联网医院首位膏方复诊患者,64岁的她平时在龙华医院风湿科就诊,往年就有服用膏方的习惯。由于近期疫情防控需要,不便前往医院,给复诊带来困扰,但随着龙华医院互联网医院膏方功能开通,让有膏方续服需求的万女士在家就能与医生面对面沟通病情、查看舌苔,并由医生对症调整膏方用药。

据悉,所开具的膏方制作完成后将快速送上门,全国免费配送(除疫情导致快递无法抵达的地方),互联网膏方最晚将在冬至前全部送出。

目前,龙华医院互联网医院开通互联网膏方门诊的医生共8位,包含内科、皮肤科、中医外科、肺病科、风湿科、脾胃病科等。要提醒的是,目前互联网膏方门诊提供的是膏方复诊服务,限于3年内内在龙华医院有膏方复诊记录的复诊患者;对于未尝试过膏方的患者还是应线下进行首次就诊,以便医生更好地了解就诊者的情况。互联网膏方门诊挂号诊疗费同普通门诊,膏方费用结算与线下一致。

## 杨浦区公办中小学空调全覆盖

本报讯(记者张鹏)近日,记者从杨浦区教育局了解到,区教育局今年仔细排摸杨浦区内未普及空调的35所公办中小学,并通过“一校一方案”,为559间普通教室按需配置840台空调。至此,杨浦区公办中小学实现空调全覆盖。

据悉,按需配置空调必须要过用电量和教学楼结构勘察两道难关。杨浦区部分中小学坐落于老旧小区,配置给学校的用电量不足以负荷空调的运行。

为此,在给学校加装空调的同时,杨浦区教育局还协调多部门,为十所学校同步开启“电力扩容计划”,以满足学校加装空调后用电量提升的需求。