

中秋国庆出行 谨防登革热和流感

做好自我健康监测,若身体出现异常症状及时就诊

健康福建

科普先行

福建省卫健委

海峡都市报社

联合出品

海都记者 林宝珍

2023年中秋和国庆马上就要来了,今年有8天的假期,很多人都有出行的计划,人员跨区域流动、出入境人数和聚集性活动将会明显增加,这也意味着,在一定程度上可能增加呼吸道等疾病的传播风险。在出行期间,要如何做好预防工作呢?一起来看看。

部分省份登革热处于高发季节

近日,国务院联防联控机制疫情防控组印发了《关于做好2023年中秋国庆假期前后新冠病毒感染及其他重点传染病防控工作的通知》(简称《通知》)。

该《通知》称,2023年2月以来我国新冠疫情呈低水平、波浪式流行态势,目

前新冠及其他传染病疫情形势总体平稳,但部分省份登革热处于高发季节,个别南方省份流感疫情呈上升趋势。

由于中秋国庆假期人员跨区域流动、出入境人数和聚集性活动将会明显增加,新冠等呼吸道传染

病传播风险升高,登革热、疟疾等蚊媒传染病输入扩散风险增大,感染性腹泻等肠道传染病发生风险增加。在落实好各项传染病防控措施的前提下,预计假期全国传染病疫情形势将继续保持总体平稳。

假期出行应注意哪些事项?

一是出行前,密切关注目的地传染病疫情形势及相关部门发布的健康风险提示,及时了解相关传染病防控知识,合理安排行程。如出现发热、咳嗽等症状,建议暂缓出行。

二是旅途中,在人员密

集的公共场所、客运场站及乘坐公共交通工具时科学佩戴口罩,做好个人防护。假期出行期间注意饮食饮水卫生,保持良好的个人卫生习惯。外出时做好防蚊虫叮咬措施,前往鼠疫、流行性出血热等疾

病自然疫源地时不接触疫源动物及产品,有可疑猴痘接触史的人员做好自我健康监测。

三是返程后,做好自我健康监测,若身体出现异常症状及时就诊,主动告知医生外出史。

如何防治流感?

流感的传播途径以呼吸道飞沫传播为主,其次也可经口腔、鼻腔黏膜等直接或间接接触传播,比如手触碰被病毒污染的物品,又接触口鼻可引起感染。

每年接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并

发症的风险。目前,我国使用的流感疫苗包括流感病毒灭活疫苗和流感病毒减毒活疫苗。神经氨酸酶抑制剂和聚合酶抑制剂(如奥司他韦、扎那米韦、帕拉米韦、法匹拉韦等)是甲型和乙型流感的特异性治疗药物。

此外,保持良好的个人卫生习惯也是预防流感

等呼吸道传染病的重要手段。勤洗手;在流感流行季节,高风险人群建议少去人群聚集场所,去时建议佩戴口罩;咳嗽、打喷嚏用纸巾、毛巾等遮住口鼻然后洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻或口。室内勤通风,规律作息,均衡营养,避免过度劳累,保持自身免疫力也很重要。

如何判断感染登革热的可能?

登革热高发季节为夏秋季,一般自5月份开始逐渐增多,8—10月份为发病高峰期。该病广泛流行于东南亚、西太平洋地区和非洲南部等热带、亚热带国家和地区。

如果过去两周曾在登革热流行的国家或地区逗留,或自己生活与活动的社区、街道甚至

城市范围内有登革热发生,当出现突起发热(有时可达39℃),同时伴有以下症状之一——明显疲乏、厌食、恶心等,常伴较剧烈的头痛、眼眶痛、全身肌肉痛、骨关节痛,可伴面部、颈部、胸部潮红时,应考虑自己有感染登革热的可能。此时应尽快到正规医院就医,并主动向大夫说

明自己可能得了登革热,以尽快得到诊治,并采取防蚊隔离,防止进一步扩散。

目前尚无特效的抗登革热病毒治疗药物,主要采取支持及对症治疗措施。治疗原则是早发现、早诊断、早治疗、早防蚊隔离。重症病例的早期识别和及时救治是降低病死率的关键。

“翻山入海 带你回家”

福州首部聚焦“民间公益救援组织”的纪录电影《即刻待命》,亮相丝绸之路国际电影节;海都记者面对面采访导演王洪,聆听拍摄背后的故事

海都记者 林涓

第十届丝绸之路国际电影节9月23日至27日在福州举办,本届电影节共有1000多部影片报名参加主竞赛和展映单元,参加主竞赛影片近500部,涵盖51个国家和地区。其中,一部由福州本土青年导演王洪带来的纪录电影《即刻待命》,受到关注。

据介绍,这是福州首部聚焦“民间公益救援组织”的纪录电影,重点描述活跃在福州地区的福建省山地救援队、福建省星光救援队这两支民间公益救援队的日常训练、公益救援情况等,展示民间救援力量所迸发的正能量。

26日,海都记者与导演王洪面对面,聆听《即刻待命》背后的故事。

创作缘起: 影片拍摄中断,背后原因引发导演兴趣

近年来,王洪导演在国内电影圈已初露头角。他导演的纪录片《听见光》,获得了第35届中国电影金鸡奖最佳纪录片提名。这部影片讲述的是一群视障人士组成盲人歌唱团的故事,该片上映后,推动了中国盲协与福建盲协共同推出“听见光计划”,由专业的基金会、艺术团老师定期举办培训,让更多的视障人士提供音乐、艺术教育方面的培训机会,让他们多掌握一门技能,更好地立足社会。

与《即刻待命》的缘分,王洪用“巧合”来形容。数年前,王洪与团队正在福州拍摄《37度2》纪录电影,接触到了福州各行各业的人物。在一天拍摄中,一位出演电影的企业负责人突然说:“不拍了,我要马上离开。”话音刚落,对方随即便换上了一身救援队队服,离开了拍摄现场。

突如其来的拍摄中断,让王洪和在场的工作人员“傻了眼”。为了弄清对方离开的原因,王洪立刻跟上



《即刻待命》电影海报

去,最终见证了一场救援行动。自那时起,王洪开始关注福州的各个公益救援队。

“福州的公益救援队数量十分多,为了能更好地体现福州的山海特色,我们锁定了以山地救援为主的福

建省山地救援队和以水域救援为主的福建省星光救援队。”在拍摄影片的过程中,王洪几乎保持与救援队同步行动的状态,跟着他们救援,感受到了生命沉重的分量。

“即刻”和“待命”: 个体力量汇聚强大正能量

“在和福建省星光救援队队员聊天时,我看到了队员手机中留存的一些救援视频,他们每次把无生命体征的遇难者救上岸后,都会和遇难者说一句,‘兄弟回家了’。同样的,福建省山地救援队开展救援时,也会一直用‘我们回家’来安抚受困者,这让我很受触动。”王洪说,危急时刻,民间公益救援队毫无保留地挺身而出,这是对生命的尊重,也是用行动践行“翻山入海,带你回家”的信念。

在拍摄中,王洪发现每个救援队员都有自己的本职工作。

“这些救援队员在每周五、六、日晚上是不进行任何聚会的,因为这个时间段是事故和险情的高发阶段,为了能够第一时间展开救援,他们会把自己的这些时间完整地空闲出来,随时待命。”王洪说,在每个救援队员的车后备厢里,都备好了

专业的个人救援装备,只要接到通知,他们即可出发。

“‘即刻’和‘待命’其实是两个很分割的词,但观众在看完影片后,就可以感受到这四个字的分量,就如福建省山地救援队队长‘天马’所说的一般,‘没有救援就是最好的救援,但是我们不惧怕任何救援’。”王洪说。

王洪坦言,希望能够通过《即刻待命》这部电影,让更多的观众明白个人的力量是很有价值的,“当我们把每个人一点点的力量汇聚起来,就可以影响和帮助更多的人”。他也透露,影片中还融入了许多应急知识,希望可以帮助更多的中小学生从中学学习到必备的急救知识,以及在他们心中种下一颗公益之心。

据了解,《即刻待命》暂定于今年年底进行公映。