



规律作息 锻炼身体 保持良好心态

# “乙类乙管”后更要做好个人防护

本报讯(本报记者)国务院联防联控机制12月27日下午召开新闻发布会,中国疾控中心传防处主任医师殷文武表示,新冠实施“乙类乙管”之后,社会面的传染源更加不确定,公众更要做好个人防护。

一是坚持规律作息、锻炼身体、健康饮食、戒烟限酒,保

持良好心态,做好自己健康第一责任人。

二是应该讲究卫生,注意自己的个人防护,要勤洗手、遵守咳嗽礼仪,居室保持清洁、常通风,必要的时候使用消毒剂。特别是在前往人群密集场所或者乘坐公共交通工具,我们还是要规范佩戴口罩。

三是积极接种疫苗,提高自己的抵抗力,没有禁忌症、身体条件允许,特别是老年人,要尽快接种。如果达到了加强接种的条件,也要尽快加强接种。

四是做好健康监测和居家治疗。如果出现发热、咳嗽等疑似症状,我们可以做抗原检测。

如果阳性的话症状又不重,就可以居家治疗。但是在这个期间,要减少跟其他人的接触,并且要时刻关注自己的症状,如果有症状加重的情况,要及时到医疗机构就诊。

五是在疫情流行期间,还是要减少外出、减少聚集活动。如果要上班通勤的话,最好是

保持“两点一线”。如果我们检测阳性或者有症状,要减少外出。同时,对一些重点人群,像有基础病的老年人,还有儿童、孕妇等,在疫情期间最好少外出、少聚集。在疫情流行较严重时,还是尽量不要到影剧院、KTV、棋牌室、剧本杀这样空间密闭、人群密集的场所。

30多人组成的志愿帮扶队支援一线

## 凯程制药日产4万瓶布洛芬保供市场

本报讯(记者 张立馨 文/摄)“在松北区政府协调和关系单位的帮助下,30多人组成的志愿帮扶队第一时间补充支援到一线生产包装环节,凯程制药目前以日产4万瓶布洛芬片的最大产能,加班加点生产,保证百姓急需的防疫药品及时供应。”哈尔滨凯程制药有限公司董事长郑微微告诉记者,凯程制药已与布洛芬原料药上游供应企业完成对接,保证哈市药品生产需求。

日前,凯程制药生产的布洛芬片、头孢丙烯颗粒、头孢克肟干混悬剂、小儿清热止咳糖浆入选了黑龙江省新冠病毒干预用药指导目录,尤其是布洛芬更是近期市场需求的紧俏药品。为此,凯程制药制定了防疫药品保障生产方案,调配全部产能优先保障布洛芬片的生产任务。

近日,企业部分员工因病无法返岗,凯程制药向松北区政府、关系单位发出支援请求,次日,30多人组成的志愿帮扶队到凯程制药报到,在参加简单培训后上岗。郑微微说:“这支帮扶队伍极大程度缓解了人工不足给企业生产带来的压力。他们每天加班加点生产,不仅保障了布洛芬片的产能,也



给企业防疫药品保供赢得了时间。”

生产人手得到了保障,又一个难题摆在了郑微微面前——布洛芬原料药如何充足供应?在省市政府及工信部门协调下,上周末郑微微奔赴国内布洛芬原料药最大生产企业山东新华制药有限公司,洽谈采购布洛芬原料药。

身为哈尔滨新区生物医药行业协会会长的郑微微告诉记者,目前山东新华制药的布洛芬原料药已陆续抵达我省,且原料药产能充沛,依照目前的

市场需求和生产企业的产能看,布洛芬药品的供给矛盾已经得到缓解,药品生产企业还将按照省市相关要求,满足市场需求的同时,备足库存,让百姓购药随买随有。

下一步,凯程制药将根据防疫药品的需求合理分配产能,以满足各项防疫药品的生产,保障防疫药品优先供给哈市和我省市场。同时,企业已投入资金启动技改工程,采购全自动包装机等部分自动化、信息化设备和生产线,提高企业的生产效率。

发热门诊一点便知  
新区医疗服务小程序上线

本报讯(记者 张焱)为帮助新区居民方便快捷查找自己附近的发热门诊,哈尔滨新区医疗服务小程序日前正式上线。有需要的居民可一键查询就近的发热门诊,以及就诊点位地址,查看是否可以静点、开药等信息。

步骤链接

- 1.点击进入医疗服务小程序医疗服务
- 2.点击“发热门诊”
- 3.便可在地图上查看就近的发热门诊点位
- 4.选择发热门诊,点击进入可查看门诊具体信息。
- 5.点击“到这去”打开对应地图软件,可进行电子地图导航直达发热门诊点位。

“阳了”不可怕  
你来医院,我会帮助你



本报讯(孙丽霞 叶鸿 记者 杨艳)特殊时期,作为省级危重孕产妇救治中心的哈尔滨市红十字中心医院全力守护母婴安全,孕产妇发热门诊更是医院疫情防控的前沿阵地。近期,发热孕产妇人数激增,医护人员24小时承接前来就诊的患者。

“医生,我怀孕20周,现在发烧38.5℃,宝宝怎么办?我怎么办啊?”“护士,我现在发烧咳嗽,还能给宝宝喂奶吗?”每天,孕产妇发热门诊接听这样的咨询电话就有三四十个。面对孕产妇和家属的这些担忧和无助,发热门诊护士长曲淑红深感肩上的担子重了许多。

在哈尔滨市红十字中心医院,不论是“50后”,还是“95后”,都尽显责任与担当。孕产妇发热门诊年纪最大的老专家严世序1955年出生,作为一名有着45年党龄的老党员,在疫情初期,她恪守党员初心使命,不惧风险,第一时间勇挑发热门诊工作的大梁。年纪最小的苍天祎与王艺霏1998年出生。她们表示,一定克服困难,坚持站好每一班岗,尽最大的努力帮助孕产妇。

一位破水规律宫缩的发热孕产妇,在抗原检测阳性后,对护士郝杨说:“护士,你离我远一点,我‘阳了’,不想传染给你。”郝杨看出了她的紧张,安慰她:“‘阳了’不可怕,你来医院,我会帮助你。”听到这句话,孕妇产泪流下来了。郝杨表示,没有人生来勇敢,正因为被需要,所以选择迎风前行。医护人员在危急时刻首先考虑的是患者的生命安全。

内分泌科护士陆庆玲在得知孕产妇发热门诊医护人员严重不足的情况下,主动请缨前往支援。因为之前曾支援过发热门诊,她能更快速适应工作环境和内容,对防护流程也更加娴熟。

价值12万余元“爱心包”  
送低保对象和特困老人



本报讯(记者 杜菲菲)记者从市民政局了解到,12月28日,哈市面向困难群众发放的第二批“爱心包”已经出发,总计4000盒维生素C咀嚼片和16000盒维生素E软胶囊将陆续抵达呼兰、阿城、双城三区的

低保对象和特困人员中60周岁以上老年人身边,助力守护他们的健康。

市民政局倡导为困难群众发放“爱心包”暖心救助活动开展以来,得到社会各界的大力支持。为持续关心关爱困难

老年人身体健康,市民政局再次联合市红十字会继续开展暖心救助活动,哈药集团积极承担社会责任,在前期捐赠的基础上,本次又筹集价值12万余元的维生素C咀嚼片、维生素E软胶囊。

12月28日,药品捐赠至呼兰、阿城、双城三区民政部门后,由各乡镇(街道)送到困难群众手中,确保社会救助对象“困有所帮、难有所助”。此外,各区县(市)民政局也将持续开展不同形式的“爱心包”发放活动,以实际行动解民忧、暖民心。