

6月底或将迎来新冠第二波高峰？ 这些问题你肯定也想问医生

5月22日，在2023大湾区科学论坛生物医药与健康分论坛上，钟南山表示，基于seirs模型的预测显示，2023年新冠第二波疫情高峰发生在6月底。那么，“二阳”会有哪些症状？“二阳”的症状会比“初阳”轻吗？“二阳”如何科学防治？一起来了解一下吧。

为什么会出现“二阳”？

随着抗体水平的下降，人的免疫力下降，尤其是针对新冠的免疫力下降，就可能出现一些二次或者重复感染。尤其是新的变异株出现，更是容易出现一些新的疫情，需要引起关注。

从中医的角度看，它属于风热感冒，呈现风热感冒的特征，现在很多地方从春天转入到夏天，天气逐渐炎热，风热导致的疾病就会增加。

“二阳”症状如何？

无论是初次感染还是二次感染，奥密克戎变异株的临床表现均集中在上呼吸道。如嗓子疼、轻度咳嗽、低烧等。

“二阳”比“首阳”症状轻吗？

从整体上看，再次感染或者二次感染的人群，不论是原来的奥密克戎毒株的BF7还是BA.45，还是现在的XBB，症状都要轻。如病程更短、发热时间更短、发热度数更低。

目前无论是初次感染，还是再次感染重症比例都是非常低的。

“二阳”怎么治疗？

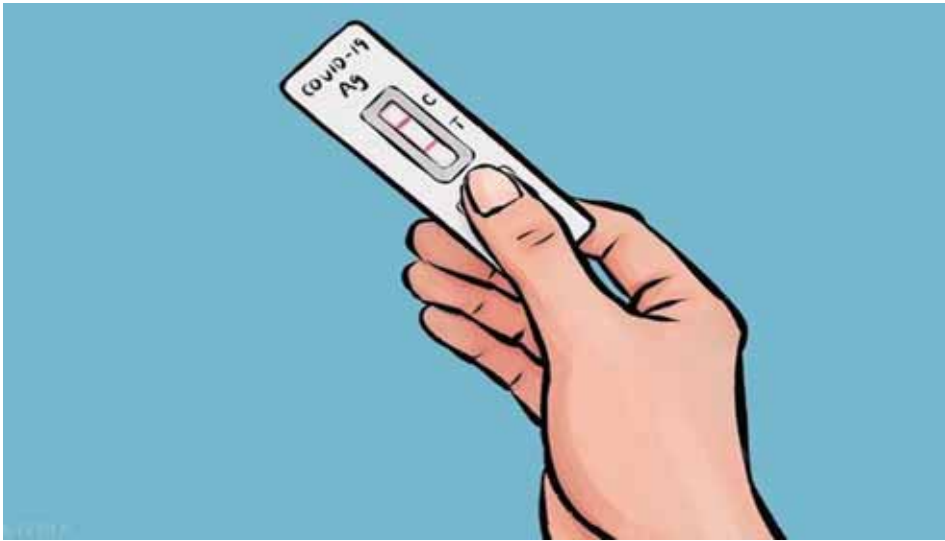
四川大学华西公共卫生学院流行病学教授栾荣生教授表示，“二阳”的治疗仍旧以退高热和对症缓解相关症状为主；注意多喝水、多休息；增加食物中优质蛋白比例，增强免疫；之前家里屯的退烧药，只要没过期，也还是可以继续“发光发热”；症状严重，持续不能缓解，需前往医院诊疗。

喉咙痛就是“阳”了吗？

除了新冠病毒外，还有不少其他呼吸道传染病病原可能导致喉咙痛，如常见的流感病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒、腺病毒，甚至肠道病毒等。因此，喉咙痛不一定是新冠阳性，是否感染了新冠病毒，最好的确认方法是进行抗原或核酸检测。

出现以下症状要引起重视、及早就诊

湖南省胸科医院综合门诊部副主任、主任医师李升炉提醒，如果温度高于38.5℃，且已超过3天温度得不到有效降低；有明显的呼吸急促、憋喘（呼吸困难）的情况；



患有基础性疾病的人群出现基础疾病加重；出现新的需要引起重视的症状，比如意识状态下降、不能正常进食等就要引起重视，及时就医了。

同事“二阳”了，我要怎么做？

栾荣生教授表示，如果你之前阳过，平时身体也不错，不经常感冒，那就不用过度担心，更犯不着请假，可以把它当作普通感冒来对待，保持平常心。如果家里有老人、儿童等易感染人群，可以做一些防护，避免携带病毒传染给他们。对于大多数人而言，有需要时戴普通的外科口罩就可以。

我国目前主要的新冠病毒流行株是什么？致病力有什么变化？

监测数据显示，截至5月上旬，XBB系列变异株已成为我国新冠病毒主要流行株，境外输入病例中占比达95.6%，和全球情况基本一致。从我国和全球监测数据来看，与早期流行的奥密克戎各亚分支相比，XBB系列变异株的致病力没有明显变化。

哪些人要特别注意防护？

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强表示，目前预防工作应重视既往未感染过的人群，特别是没有打过疫苗、有基础疾病的高龄老人等。建议高风险人群要始终注意个人防护，一旦出现感冒、发热症状，应及时筛查，确定感染新冠病毒后要第一时间就医。早期进行抗病毒治疗、及时氧疗，对于降低重症风险十分重要。

复旦大学附属中山医院感染病科主任胡必杰表示，脆弱人群如65岁以上尤其是80

岁以上的高龄老人，高血压、冠心病、慢性支气管炎、慢性肝肾疾病、糖尿病等基础病患者，或者患有血液病、淋巴瘤等疾病的人群，容易二次感染，感染后容易重症化。因此，这类人群一旦出现发热，尤其是家庭成员或周边人群已经明确新冠感染，要及时做核酸或抗原检测，早发现、早治疗，尽早使用抗病毒药物。

普通人“二阳”后如何对症治疗？怎样做好科学防护？

大多数人免疫力正常，感染了新冠病毒不必恐慌，对症处理即可。

目前从临床看，人群二次感染新冠病毒后总体症状较轻，不少患者以咽喉疼痛为突出症状，从中医来讲是风热感冒加点“湿”或“燥”的特征，可以用一些清热解毒、疏风解表、清咽利喉类型的中药药物。

在预防方面，公众可坚持做好个人防护，保持勤通风勤洗手等良好卫生习惯，加强自我健康监测。若确定感染了新冠病毒，应避免带病工作、上学，建议在家充分休养，待完全康复后再工作、上学。

还要不要打新冠疫苗加强针？

栾荣生教授表示，对于已经发生过感染的人来说，自然感染所形成的免疫是要显著优于疫苗效果的，所以也不是非要接种加强针。

对于免疫力低下的人或者还没有阳过，本身还患有一些严重基础病的人，则应该尽快接种加强疫苗，以增强保护力降低重症发生风险。

据红网

夏季如何照护儿童？ 注意这三点！

进入小满节气后，南方日照增加，逐渐升温，雷雨增多，植物繁茂生长，孩子们也进入生长发育的旺盛时期。如何让孩子在这一季节得到合理的照护？“春夏养阳、秋冬养阴”。广州医科大学附属中医医院儿科范文萃副主任医师介绍，小儿体质“稚阴稚阳”，在这一时节让孩子健康生长应有三大注意事项。

饮食清淡，切莫贪凉

“近日天气炎热，天暑下迫，地湿上蒸，暑湿相合，高温易引起小儿种种不适，如食欲不振、困倦疲乏、心跳加快等。”范文萃建议，孩子在饮食上要以清淡易消化、富含维生素的食物为主，大鱼大肉和油腻、辛辣、刺激的食物要少吃。“春夏养阳”，重在养心，养心可以多喝牛奶，多吃豆制品、鸡肉、瘦肉等，既能补充营养又能起到强心的作用。

天气转热之后，孩子易贪凉喜冷。范文萃认为，小儿时常喝冷饮、吃雪糕和冰镇西瓜等，会使寒湿之邪损伤脾胃阳气，易引起胃胀胃痛、腹痛腹泻等消化道疾病。且中医认为“形寒饮冷则伤肺”，若身体受寒，再喝凉的食物，就会伤及肺脏，很多孩子的咳嗽是因贪凉而引起。“切莫让孩子贪凉。”她强调。

及时擦汗，避免感染风寒

“近期气温昼夜温差较大，且时阴时雨，小儿‘脏腑娇嫩，形气未充’，再加上寒暖不能自调，所以家长给孩子穿衣时要注意及时增减衣物。”范文萃说道，孩子在室内时，空调温度不宜过低，控制在27℃~28℃，睡觉时，需在孩子肚子上盖点东西；不要在空调出风口的地方休息，避免受凉外感。

“立夏以来，气温升高，孩子阳气纯正，更易出汗。”范文萃建议，运动后，家长需要帮助孩子及时擦干汗液，喝温水补充体液，避免大量喝凉开水，不要用冷水淋浴或运动后立即淋浴。

充足睡眠，坚持午睡

“夏季昼长夜短，要适当增加孩子的午休，保证充足的睡眠时间。”范文萃建议，适当增加午休能避免孩子出现烦躁易怒、精力不济、抵抗力下降。小儿必须有充足的睡眠，才能良好发育、健康成长。

中医认为，午时（中午11点—13点）是心经运行的时间。因此，专家也建议家长要帮助孩子养成午休的习惯，即睡子午觉，一般以半小时到1小时以内为宜，可起到养心的作用。

据新华网

电商“618”将开启，“百亿补贴”或是重头戏

“懂得让利，才有朋友。”5月22日，伴随京东零售CEO辛利军的发言，今年电商“618”大促将打响。

京东“618”将于5月23日晚8点开启预售，5月31日晚8点全面开启。

另外，今年淘宝天猫“618”共分3个阶段，都在晚上8点开始。分别为5月26日晚8点开始预售，5月31日晚8点第一轮开卖直至6月3日晚24点结束，6月15日晚8点第二轮开卖直至6月20日晚24点结束。

据介绍，今年恰逢京东创业二十周年，京东“618”在补贴力度上远超以往，在全场商品价格直降的基础上，用户还有机会每天领取三张“满200减20”补贴券，且除

特殊商品外全场所有商品均可使用。

天猫方面表示，今年参加天猫“618”的商家及商品规模再创新高，预计有6000万商品参与打折，300万新品在“618”首发，参与的商家达145万。“618”期间除了满300减50之外，首次推出聚划算直降场，所有商品直接8折降价，消费者无需凑单一件也打折。

值得关注的是，“百亿补贴”是今年“618”一个重头戏。继3月初京东全面上线百亿补贴频道后，今年京东“618”参与百亿补贴的商品数量将达到3月的10倍以上，其中还包括200多款超级爆款和近万款行业爆款。

淘宝方面表示，“618”期间百亿补贴活动力度加大，可全网比价、买贵必赔。

3月28日，阿里巴巴集团董事会主席兼首席执行官张勇发布全员信，宣布启动1+6+N组织变革，其中就包括成立淘天集团。5月10日，新组建的淘天集团首次公开亮相并公布今年“618”计划。

5月11日，京东宣布，京东集团原CFO许冉升任CEO，负责集团各业务的日常运营和协同发展。京东集团原CEO徐雷因个人原因提出退休申请，经集团董事会批准。

今年恰逢京东和淘宝双双迎二十周年，这次“618”同时也是两大电商平台今年调整组建新的负责人团队后首次迎来的一场“硬仗”。

据中新网