



决战决胜疫情攻坚战

科学防控

治愈出院或解除隔离观察人员需遵守哪些规定？ 如何帮助治愈患者回归正常生活？

严格落实居家规定 建立完备健康档案

专家 解答

本报海口8月23日讯（记者马珂）随着新冠治愈出院人员越来越多，治愈出院或解除隔离观察人员回到社区后需要遵守哪些规定？防疫部门该如何加强解除隔离后的监测工作？治愈患者返阳该如何处置？如何帮助治愈患者回归正常生活？8月23日，省疾控专家在接受海南日报记者采访时进行了解答。

1

治愈出院或解除隔离观察人员回到社区后，需要遵守哪些规定？

专家表示，按照规定，新冠治愈者出院后要继续进行7天居家健康监测。密切接触者解除集中隔离后要继续进行3天的居家健康监测或5天的居家隔离医学观察。

居家健康监测需要做到：

科学佩戴口罩，住通风良好的单人房间，减少与家人的近距离密切接触，分餐饮食，做好手部卫生，避免外出活动。如有就医等特殊情况需要外出时要做好个人防护，尽量避免乘坐公共交通工具

对于新冠治愈者继续7天的居家健康监测，建议这样做：

1. 主动和邻居报备说明，消除谣言和猜忌。大家担忧的是信息不透明，反感的是“明知不可为而为之”。如果新冠治愈者能主动告知邻居自己的病情及进展，相信大家都会为新冠治愈者的健康祝福

2. 严格遵守居家规定。期间，要自行监测体温，关注有无新发症状，如有发热咳嗽等症状，及时向社区管理人员汇报。最重要的是，坚持做到“足不出户”

3. 垃圾扎袋扔，通风守规矩。生活垃圾可装入牢固完好的塑料垃圾袋内，每日一袋，扎紧密封，2—3天后丢弃。有条件的治愈者可以居住在通风良好的单人房间，减少与家人的近距离密切接触，分餐饮食，做好手卫生，避免外出，减少与外界接触

2

防疫部门该如何加强解除隔离后的监测工作？

密切接触者解除隔离后，要进行5天的居家隔离医学观察，需要与防疫部门共同做好健康监测：

1. 做好每日早晚两次的体温监测
2. 每天做好十大症状(发热、乏力、干咳、呼吸不畅、腹泻、胸疼、头痛、头晕、结膜炎、嗅觉味觉障碍)的监测
3. 在第二、第五天各开展一次核酸检测

3

治愈患者返阳该如何处置？

治愈患者复阳对于核酸检测Ct值大于等于35的，可不作特别处理，个人做好健康监测、单独居住。对于核酸检测Ct值小于35，按照规定应当立即转运至定点医院或方舱医院进行隔离管理，复阳人员的检测结果不影响所在楼栋、小区的风险划分。

“复阳”的康复者，核酸检测Ct值一般都≥35，如果没有出现症状，无需管理，他们在生活和工作中是安全的。

4

治愈患者已无传染性，应如何帮助这一群体回归正常生活？

专家表示，国内外研究都表明：

新冠治愈患者没有传染性，所以，单位、社区、邻居等应该关爱帮助这一群体回归正常生活。作为一场大疫的不幸感染者，新冠肺炎治愈者往往身心都受到极大打击，他们需要的是不被社会歧视。帮助他们回归正常生活，是全社会责任。

建议：

1. 相关专家和医疗机构应从科学的角度向大众解释出院患者的“复阳”现象，并加大科研力度提出具体解决方案
2. 应该对所有治愈出院患者进行采样监测，对出院患者建立完备的健康档案，加强追踪随访，尽量做到及时发现问题及时解决
3. 应加强对治愈患者的心理疏导，增强他们的信心和勇气，重新面对生活
4. 政府和相关部门也应及时了解新冠肺炎康复患者的实际情况和合法需求，切实维护他们的合法权益。同时，加大全社会的宣传力度，让“不歧视”成为全社会的共识

制图/张昕

防疫 科普

新冠康复者阳性也能出院(舱)，会不会传染其他人？省疾控专家—— 康复者没有传染性，请接纳勿歧视！



新华社·延伸



扫二维码看
更多疫情防控科
普视频。

根据诊疗方案标准，经过治疗或处于恢复期的新冠病人并不一定要核酸检测为阴性才能出院(舱)；即使核酸检测是阳性，只要其Ct值连续两次≥35(至少间隔24小时)即可出院(舱)（Ct值代表人体内病毒含量的多少。Ct值的数值越大，代表含量较少，传染性就越弱，反之，传染性就越强）

复阳患者的管理以Ct值35为界限。Ct值≥35且无任何症状体征，无需进行管理，也无需对其密接者进行管理。其在生活和工作中是安全的

本报海口8月23日讯（记者马珂）省疾控中心专家近日接受海南日报记者采访时表示，根据诊疗方案标准，经过治疗或处于恢复期的新冠病人并不一定要核酸检测为阴性才能出院(舱)；即使核酸检测是阳性，只要其Ct值(Ct值代表人体内病毒含量的多少，Ct值的数值越大，代表含量较少，传染性就越弱，反之，传染性就越强)连续两次≥35(至少间隔24小时)即可出院(舱)。有人担心新冠康复者阳性出院(舱)，会不会传染其他人？对此，专家表示，公众大可不必担心！

新冠患者康复出院(舱)，或者解除医学隔离观察，首先是符合新冠患者出院标准的。患者康复离院前，医院会对相关物品和环境进行终末消

毒，包括对患者行李、衣物、个人物品等自身携带物品进行清洁消杀等。从目前的研究和临床经验来看，新冠患者治愈出院、无症状感染者解除医学观察后，体内已产生相应抗体，还没观察到导致传播的案例，可以认为其不具有传染性。

有些新冠康复者出院后，核酸检测阳性，出现所谓的“复阳”，但复阳患者核酸检测Ct值一般都≥35，病毒载量低。根据第九版防控方案，复阳患者的管理以Ct值35为界限。Ct值≥35且无任何症状体征，无需进行管理，也无需对其密接者进行管理。其在生活和工作中是安全的。而一旦Ct值<35，则要根据具体情况来进行个案判断，还需对密接者进行判定和管控。但从

流行病学的角度来看，只有带有活病毒的感染者才具有潜在传染性，并构成公共健康风险。

国内外有关研究显示，处于恢复期的感染者核酸Ct值≥35，样本中未能分离出病毒，因此几乎没有传染性。既往事实也证明，这些复阳的新冠康复者，并没有引起周围人群的感染或传播。核酸阳性是由于检测到的是病毒的核酸片段即“死病毒”。因此，新冠康复者是安全的，任何人都应该歧视他们。无论是用人单位还是居住地都没有任何理由将新冠康复者拒之门外。

另外，通过真实世界的流行病学调查，研究人员发现有23例复阳人员曾在社区与259人发生了密切接触，但从未引发任何一起社区传播事件。

研究者还评估了出院后复阳患者有无必要接受治疗。首先，复阳者血液检测结果都恢复到正常范围。其次，复阳者肺损伤未见加重，健康状况还有所改善。最后，只有6.57%的复阳者出现临床症状，如偶尔咳嗽、咳痰、喉咙不适和疲劳。简而言之，大多数出院的新冠患者，即使核酸检测再次呈阳性，也不必住院治疗。

专家表示，其实，每一个战胜过新冠病毒的人都是“平凡的勇士”，在疫情防控阻击战中，新冠病毒才是我们共同的敌人。要用宽容、平和的心态对待康复者，不要让歧视偏见对他们造成“二次伤害”；用科学理性的态度防治疫情，才能最终打赢这场抗击疫情的人民战争。

快评

■ 魏燕

经过连续多日的艰苦奋战，我省疫情防控形势持续向好，好消息不断传来。全省新增报告感染者数连续5天下降，治愈出院的患者人数明显增加，截至8月22日，全省累计治愈出院3491例。越来越多的患者病愈，恢复健康，这离不开一线医护人员的科学救治和贴心服务，也充分证明新冠肺炎可防、可控、可治，更增加了全省人民战胜疫情的信心。

患者出院并不意味着管理打烊。按照《新型冠状病毒肺炎防控方案(第九版)》和新冠肺炎出院患者健康管理方案相关规定，患者治愈出院以后，后续还有一系列健康管理工作。定点医院、康复医疗机构、基层医疗机构和社区要加强信息沟通，做好随访复诊，实现新冠肺炎患者临床诊治与健康管理的无缝衔接。社区需及时准确掌握出院患者的基本信息，配合定点医院建立随访登记制度，做好隔离、观望、观察、定期探访、心理干预和健康监测等工作，督促出院患者在居家隔离期间，做好室内通风和日常清洁，避免外出活动。各方密切配合，统筹协调，合力做好出院患者健康管理和服务保障，帮助他们早日恢复全面健康。

患者出院，暖心细心的服务也要跟上。日前，省疾控中心专家接受记者采访时表示，新冠患者治愈出院、无症状感染者解除医学观察后，体内已产生相应抗体，目前还没观察到导致传播的案例，可以认为其不具有传染性。也就是说，新冠康复者是安全的，我们不必为此担忧，甚至有排斥心理，要善待这些患者，为他们做好各项服务保障。社区和相关部门要加强宣传引导，做好对群众的解释工作，强化同情心、同理心，消除对出院患者的歧视，为他们提供必要的生活服务保障和心理支持、心理疏导等服务，共同维护好他们的健康。

每一个战胜过新冠病毒的人都是“平凡的勇士”，尊重他们、善待他们，用科学的管理、温馨的服务，让他们尽快回归正常生活，是我们共同的责任。患者本人也要做好自我管理，日常生活也要注意养成健康生活方式，坚持勤洗手、常通风，做好清洁消毒，保持良好的身体和精神状态，增加自身免疫力，尽早恢复全面健康。

一线 见闻

陵水英州镇一批解除集中隔离人员分批回到小区 做好防疫 欢迎回家

■ 本报记者 王迎春

“欢迎回家！”8月23日上午，在陵水黎族自治县英州镇雅居乐员工村小区，244名解除集中隔离人员分批陆续归来，他们被安排居住在该小区的2栋、7栋和10栋，继续完成为期7天的居家健康监测。就在当天0时，雅居乐员工村正式从高风险区降为中风险区。

为了保障此次“回家之行”顺利，雅居乐员工村的“小区长”董新训和志愿者们在前一天已经对房屋各处开展了细致的消杀工作，并提前采购生活物资，根据返家人员信息，做好物资分配工作，做到物随人到、物先人到。

“您在生活当中有什么需求，都可以联系我们。”董新训一边登记解除集中隔离人员信息，一边叮嘱他们要继续做好后续的居家健康监测，并在门外仔细贴好了隔离封条。随后，他掏出手机，联系转运志愿者前来收取该小区的居民的核酸采样标本。接下来的十分钟内，董新训又接到了几个群众诉求和物资配送的电话。

英州镇是陵水疫情防控任务较重的乡镇，且小区数量较多。为了做好辖区疫情防控工作，该镇在原有的“小区长”管理制度的基础上，优化升级，形成“小区长+志愿者+物业”的管理模式。

“电话得24小时保持开机，有时候一天两个充电宝都不太够用。”董新训说，“小区长”最主要的职责是做好小区范围内的疫情风险管控，以及主动对接、解决业主们的急难愁盼问题，织牢织密疫情防控网。

自本轮疫情以来，英州镇文武部部长董新训下沉至抗疫第一线，已在小区疫情防控岗位连续奋战了多日。8月14日，雅居乐员工村被列为高风险区，原“小区长”也被列为密接者，需要集中隔离。当时在另一个小区担任“小区长”的董新训便在这一关头接过了接力棒，同时为两个小区共2000余名业主服务。一天当中，他得来回跑上六七趟，日均步数接近两万步，每天睡三四个小时也是常态。

“‘小区长’就是连接政府与小区居民之间的桥梁和纽带，发挥好这个作用，能更有效地筑牢疫情防控线。”董新训介绍，平日里，自己需要协助医护人员进行居民核酸采样，指导监督物业对小区和村庄道路进行物理硬隔离，配合县、镇指挥部做好人员管控、隔离、转移和疫情防控宣传解读等工作。

不仅如此，“小区长”也是业主们的“大管家”。有群众缺药，有病人需要定期做透析，有孕妇需要产检……接到群众的诉求后，董新训都会第一时间帮忙联系解决。在封控期间，一些业主有情绪，董新训也会奔赴现场，耐心地宣讲防疫政策，安抚对方的情绪。“只要我们耐心、细心地做好服务，就一定能够得到大家的理解和配合，共同做好防疫工作。”（本报椰林8月23日电）