

新冠抗原自测产品在沪开售

操作过程要仔细阅读说明书,采样要到位,否则会误判

据解放日报3月11日,国务院应对新型冠状病毒肺炎疫情联防联控机制综合组研究决定,在核酸检测基础上,增加抗原检测作为补充,并组织制定《新冠病毒抗原检测应用方案(试行)》。这意味着,社区居民可自行购买抗原检测试剂进行自测。近日,新冠抗原自测产品开售的消息刷屏朋友圈,上海市民日前能买到吗?哪些人群更适合居家自测?本报记者亲测购买过程。

单个账号每日限购一份

13日,第一时间发现电商平台已有相关产品售卖后,记者就进行了尝试。产品说明称,15分钟可出检测结果。记者试购了一款标价32.8元每份的新冠抗原自测产品,发现每个账号每天限购一份,电商平台承诺付款后24小时发货。

记者首先在“美团”手机应用程序搜索框输入“新冠抗原自测”关键字,随即跳出两款产品,一人份和20人份的都有,单个产品价格从20元至30余元不等。

选取一款单价32.8元的产品进入购买页面后,记者试图为全家人共购买3份产品,但在增加份数时发现数字无法调整,这才注意到页面上有“每人每天限购一份”的说明。于是,记者分别在3月13日晚和3月14日凌晨各购买了一份自测产品。平台的产品页面显示,付款后24小时内发货。截至发稿前,购买的第一份产品已处于“分拣”待发货状态。

淘宝平台也能搜索到新冠抗原自测产品,多以标价为约480元的20人份产品为主。

多家连锁药房线下将开售

除了线上平台购买,线下药房是否有货?

3月13日,上海第一医药股份有限公司公布与南京诺唯赞达成合作,首批新冠抗原检测产品预计很快将在门店上架销售,首批发售的试剂盒,24.8元一支,20支为一盒,10分钟出结果,有效期为15个月。

此外,连锁药房之一的老百姓大药房与广州万孚生物达成合作,第一批新冠抗原快测产品已在门店配送中,预计近日就将在门店上架销售,首批产品将在老百姓大药房包含上海在内的12个省市门店销售。

而益丰大药房也第一时间接洽了相关厂商,相关负责人透露,本周部分有资质的门店将到货“医院版”试剂盒,市民购买后不能带回家自我检测,需在门店由专人指导即买即检。

“美团买药”相关负责人表示,已联合老百姓大药房、国大药房、高济医疗、海王星辰、大参林药房、泉源堂药房等多家连锁药房,预计将在一周内与线下门店同步上架新冠抗原自测产品,为用户提供30分钟送药上门的服务。

操作需规范,用完别乱扔

上海交通大学医学院附属瑞

金医院临床病毒研究室主任张欣欣介绍,新冠抗原检测对操作的专业要求不是很高,非专业人士简单学习就可操作。“病毒由芯和外壳组成,芯就是核酸,外壳是蛋白,就是我们说的抗原。”她解释说,“我们做核酸检测,是把病毒的外壳打开,把核酸取出来进行体外扩增,然后检测;抗原检测就是直接用病毒的外壳进行测定,检测原理是通过与病毒相匹配的特定抗体与抗原结合后,形成复合物,将复合物进行显色,达到诊断目的。”

她特别指出,抗原检测准确率较高,但因为没有扩增过程,灵敏度不够。“目前它不能替代核酸检测,只能作为一种补充手段。”不过,在病毒早期复制过程中,抗原是比较灵敏的,随着感染时间延长,抗体产生后,抗原就不容易被检测到,所以《新冠病毒抗原检测应用方案(试行)》强调出现症状5天之内检测的时间要求。此外,包括居家隔离、密接、次密接、入境隔离的封管控观察人员与有抗原自我检测需求的社区居民都可自备相关产品。

张欣欣还提到,鼻拭子准确率更高一些,如实在不耐受,用咽拭子也可以。“操作过程要仔细阅读说明书,采样操作要到位,否则会对结果造成误判。采样后的所有相关物品都属于医疗废弃物,有专门的回收渠道,一定不能乱扔,否则会造成污染和传播的可能。” ■黄杨子 李宝花

长时间高音量听音乐? 随便掏耳朵? 都请打住 爱耳日专家支“爱耳”七招

据新华社3月3日是全国爱耳日,今年的主题是“关爱听力健康,聆听精彩未来”。北京协和医院耳鼻喉科主任高志强介绍,随着年龄的增长,以及生活中各种因素的影响,听力也处于不断变化之中。听力损失不分年龄,要重视科学预防。

高志强建议,科学预防听力损失,尤其要注意以下几点:

一是慎用或禁用对听神经有损伤的药物,防止药物性耳聋。例如,氨基糖甙类抗生素是引发耳蜗病变最多的一种耳毒性药物,避免滥用这类抗生素是预防药物性耳聋的一项重要措施,家族中有耳毒性药物过敏史者也应慎用此类药物。

二是避免接触噪声。长时间

接触噪声可导致噪声性耳聋,强烈的噪声对听力的损失是不可逆的。例如,长时间高音量听音乐,会造成永久性的听力损失。日常生活中收听音频的时间不宜过长,音量不宜过大,要让耳朵得到适当休息。

三是不要随便掏耳朵。不当地挖耳很容易造成外耳道的损伤和感染,引发一系列炎症。坚硬的挖耳勺还可能伤及鼓膜或听小骨,造成鼓膜穿孔,影响听力。

四是科学饮食。建议多吃锌、铁、钙含量丰富的食物,补充微量元素,有助于扩张微血管,改善内耳的血液供应,防止听力减退。避免长期摄入高盐、高脂肪、低纤维素食类食物,不要暴饮暴食,尽量戒

烟戒酒。

五是保持良好的精神状态和稳定的情绪,积极参加社会活动。人在情绪激动或感到着急之后,肾上腺素的分泌会增加,可导致内耳小动脉血管发生痉挛,小血管内血流缓慢,造成内耳供血不足,从而发生突发性耳聋。

六是积极治疗慢性疾病。随着年龄增长,人体各个器官都在老化,听力器官也一样。60岁左右时,约有30%的人会对高频的尖细声产生听力困难。积极治疗高血压、高血脂、动脉硬化等疾病,可以改善微循环,延缓老年人听力减退。

七是勤做听力检查,发现问题尽早干预,避免造成更严重的听力损失。 ■林茵苗

呵护乳腺健康 从早筛开始

据新华社 乳腺健康是女性身心健康的一部分。世界卫生组织国际癌症研究机构发布的最新数据显示,2020年全球乳腺癌新发病例高达226万例。如何呵护乳腺健康?中日友好医院普外科乳甲外科主任杨猛提醒,早期乳腺癌是可以被治愈的,呵护乳腺健康,要从早期筛查开始。

杨猛表示,女性从少女期的乳腺发育、青春期的纤维瘤、哺乳期的乳腺炎、成年期的乳腺增生到更年期的乳腺结节以及乳腺肿瘤,乳腺问题贯穿女性人生的各个时期。因此,呵护乳腺健康十分必要。

“乳房疼痛是女性乳腺最常见的

症状之一,一般是由乳腺增生引起的,它不会对女性构成严重的健康危害,发生率在50%至70%。”杨猛介绍,这是一个生理性变化,只要适当缓解压力、调整心态,大部分乳房疼痛问题都可以得到缓解。

女性如何在家里进行乳腺自检?杨猛建议,首先要观察乳房有没有发生皮肤变化,如破损、皮肤凹陷、乳头溢血、乳头移位或乳腺异常增大等。其次要触诊,即触摸有无异常肿物。若是无痛性的、质地较硬的、边界不清楚的肿物,警惕是否有肿瘤的可能性,应及时到医院就诊。女性可每月进行一次乳腺自检。

此外,针对乳腺筛查的频率,杨

猛建议,20岁至39岁没有危险因素的人群不用进行筛查;40岁至45岁人群可每年进行一次B超筛查和钼靶筛查;46岁至69岁人群可每一年至两年进行一次B超筛查和钼靶筛查;70岁以上人群可两年筛查一次。对于有高危因素的人群,不到40岁即需筛查。

“虽然乳腺疾病发病率较高,尤其是近年来乳腺癌出现年轻化趋势,但随着新技术、新药物的出现,只要早发现、早治疗,大多数能治好。目前,早期乳腺癌治愈率达90%以上。”杨猛表示,预防乳腺癌要加强体育锻炼、坚持母乳喂养、作息饮食规律,建议女性首次分娩不超过35岁。 ■李恒 沐铁城

增加抗原检测为何利于“早发现”? 为何不能替代核酸检测?

权威专家回应来了

为何增加抗原检测?

有利于“早发现”

相比核酸检测,抗原检测的速度更快,操作更便捷,部分试剂15分钟可出结果

抗原检测一旦阳性,应及时再去做核酸检测确认,也就是“抗原筛查、核酸诊断”,有利于做到“早发现”,提高监测预警灵敏度

为何不能替代核酸检测?

或出现漏检误检

抗原检测的灵敏度相对较低,通常只有当感染者处于急性感染期,即体内的病毒载量处于较高水平时,抗原检测产品才能检测到。通俗来讲,是缩短了出结果的时间,但增加了“假阳性”的风险

此外,抗原检测的特异性也弱于核酸检测,即更容易出现“假阳性”的误检

哪些人群适用?

有望筛出无症状感染者

有自我检测需求的社区居民

到基层医疗卫生机构就诊,伴有呼吸道、发热等症状且出现症状5天以内的人员

隔离观察人员 包括

居家隔离观察、密接和次密接、入境隔离观察、封控区和管控区内的人员

抗原自测阳性怎么办?

应及时向社区报告

抗原自测阳性的人员,不论是否有呼吸道、发热等症状,应立即向所在社区(村镇)报告,由社区(村镇)联系急救中心按照新冠肺炎疫情相关人员转运工作指南,将居民转运至设置发热门诊的医疗机构,进行核酸检测