

★ 顾问答复你

主任解立新解答官兵关心的肺炎疫情，我们邀请解放军总医院第一医学中心呼吸科

军队医疗专家解析新型冠状病毒肺炎

★问：新型冠状病毒肺炎是一种什么疾病，如何传播和感染？感染者有什么症状？

答：2019年底在湖北省武汉市出现的冠状病毒，世界卫生组织将其命名为2019新型冠状病毒(2019-nCoV)。按照国家相关部门的最新定义，新型冠状病毒感染引起的疾病统称为新型冠状病毒肺炎，如果以肺炎为主要表现，称为新型冠状病毒肺炎。

新型冠状病毒(2019-nCoV)和2003年非典期间致病的冠状病毒(SARS-CoV)以及2012年中东呼吸综合征(MERS-CoV)均属于冠状病毒。冠状病毒是一种非常容易变异的病毒，自然宿主是禽类、哺乳动物等野生脊椎动物，目前的证据发现人类不是冠状病毒的自然宿主，但该病毒可能会在特定环境、特定时期通过人与动物接触传播给人类，并可以引起人和人之间的传播。

新型冠状病毒主要通过以下3种途径传播。直接传播：患者咳嗽、打喷嚏、说话的飞沫，呼出气体近距离直接接触吸入；气溶胶传播：患者的飞沫混合在空气中，形成气溶胶，吸入后导致感染；接触传播：飞沫沉积在物品表面，接触污染手后，再接触口腔、鼻腔、眼睛的黏膜导致感染。

人类对新型冠状病毒普遍易感，从幼儿到高龄老人均有感染病例报道，感染者主要表现为发热、咳嗽(干咳为主)、全身酸痛、乏力，流感常见的上呼吸道感染如鼻塞、流涕、咽痛等症状比较少见，部分患者症状轻微，病情逐渐发展会出现呼吸困难、气短、高热等表现，肺部CT检查可发现有肺部炎症渗出性病变。另外，也要关注下面不适表现：恶心、腹泻、头痛、心慌、结膜炎等，可能也是新型冠状病毒感染。老年患者(年龄大于65岁)或合并有基础疾病(如高血压、糖尿病、慢阻肺等)患者症状比较明显，病情发展较快，但已有基础疾病中青年患者感染并迅速发展甚至危及生命的病例，目前已报道有死亡病例。

★问：什么情况下要考虑可能是新型冠状病毒肺炎？

答：按照国家颁布的第四版新型冠状病毒肺炎诊疗方案，有以下情况要到发热门诊进行筛查：

(1)流行病学史：发病前14天内有武汉地区或其他有本地病例持续传播地区的旅行史或居住史；发病前14天内曾接触过来自武汉市或其他有本地病例持续传播地区的发热或有呼吸道症状的患者；有聚集性发病或与新型冠状病毒感染者有流行病学关联(如与新型冠状病毒感染患者一同乘坐飞机、火车、地铁等)。

(2)临床表现：发热、咳嗽等呼吸道症状以及有新发的恶心、腹泻、头痛、心慌、结膜炎等症状。

如果符合流行病学史中任意一条，加上近期有发热等不适症状，建议到定点医院发热门诊进行筛查。

★问：部队对新型冠状病毒肺炎防治有何特点？需要注意哪些问题？

答：部队是管理严格、相对封闭、纪律性强的单位，但也要注意以下几点：

一是春节期间部队有部分官兵休假探亲，目前是这部分人员休假结束返回部队的高峰，另外还有部分家属利用春节假期到部队探亲，不排除部分家属来自疫区，部队疫情防控形势严峻。

二是部队基层单位人群相对密集，训练、生活、居住均在相对封闭的区域，一旦有感染者出现，非常容易导致局部传播。

三是部分部队机关与社会联系比较密切，家属、子女住在部队营区，有效监控比较困难。

四是部队卫生人员系统培训有待加强，相关疫情防控设备、药品需要配备。

五是一旦确诊有新型冠状病毒感染患者，与其密切接触人员一定要及时隔离，密切排查。

六是如有新型冠状病毒感染患者出院，回单位后一定要进行隔离观察14天。

★问：如何有效预防新型冠状病毒肺炎？

答：对休假返回部队人员进行一对一检查，尤其要对以下人员进行严格排查，并在一定时间内进行隔离：从湖北地区、疫情持续传播地(区/县)返回人员；同事、亲属有诊断新型冠状病毒感染者；过去两周内密切接触过发热病人；与新型冠状病毒感染患者同一时间乘坐同一交通工具。

对休假返回人员一对一检测体温并询问有无发热、咳嗽等不适症状。

建立日报制度，掌握每名所属人员健康动态。

加强部队营区消毒和房间通风。

严格控制部队基层单位外出人员，外出人员要戴口罩做好防护，避免到封闭、空气不流通的公共场所和人多聚集的地方，归队后要进行检查。

教育提醒部队单位家属，尤其是儿童、老人和免疫力低下的人群注意防护。

打喷嚏或咳嗽时注意用纸巾或胳膊肘捂住口鼻，不要直接用双手。

加强锻炼、规律作息，提高自身免疫力。

★问：怎么选择口罩？

答：一般人群日常防护选择医用外科口罩即可，N95、KN95口罩透气性差，呼吸阻力大，普通人群预防不建议常规佩戴。

★问：怎样规范佩戴口罩？

答：戴口罩前应当洗手并在佩戴过程中避免手接触到口罩内面。

分清口罩的内外、上下，浅色为内侧，内侧应当贴紧口鼻，深色侧朝外；有金属条(鼻梁)一端是口罩的上方。

戴口罩时，将折面完全展开，将嘴、鼻、下颌完全包住，然后压紧鼻夹，使口罩与面部完全贴合。

不可内外侧戴反，不能两面轮流戴。

口罩要定期更换，一般最多使用2-4小时，口罩内侧一旦被呼出气或口水浸湿应立即弃用，换用新的口罩。

一般人群使用后口罩按照生活垃圾处理并避免回收。

本报特约记者 郭晶、罗国金、洪建国整理

争分夺秒

1月30日凌晨，在武昌医院重症监护室，军队支援湖北医疗队队员为患者调整无创呼吸机面罩。

本报记者 范显海摄

莫让消毒变“放毒”

毒液对皮肤和口腔黏膜具有腐蚀性和刺激性，如果直接接触原液会有轻微的疼痛感。

二是注意有效消毒的3个要素。消毒方式、消毒液浓度、作用时间是有效消毒的3个要素，缺一不可。使用前必须认真阅读使用说明，依据实际用途按使用说明配制相应浓度的消毒液。消毒液并非浓度越高越好，过高浓度的消毒液既不能达到有效的消毒效果，又会造成环境污染。

三是有机物影响消毒效果。次氯酸钠易受有机物(如血液、体液等)的影响，从而降低杀菌能力，影响消毒效果。如有有机物存在，需先清洗再消毒。

四是消毒后切记冲洗干净。消毒液的残留会对人体产生一定危害，所以使用消毒液对餐具、茶具、厨房案板、儿童玩具等用品消毒后，一定要反复多次用清水进行冲洗。

五是84消毒液不能与洁厕灵等其他清洁剂混合使用。84消毒液的主要成分是次氯酸钠，洁厕灵的主要成分是盐酸，次氯酸钠和盐酸混合后会发生化学反应生成氯气。氯气是一种刺激并损坏呼吸道的有害气体，人体大量吸入会引起咳嗽、呼吸困难、头晕等症。当空气中氯气的浓度达到一定程度时，会引起氯气中毒，可能危及生命。

黄华宇、曹明迪整理

出征武汉！



漫画：王宇寰

★ 读者推荐

两封来自军营的家书

下士刘波写给父亲的信——我也成了“有出息的人”

亲爱的老爸：

您好！请原谅儿子的不孝，今年又不能回家陪您过年了。不过，我想您应该能理解——您以前不是常对我们说“那些不能回家过年的，都是有出息的人”吗！

您看，借您的吉言，我也成了一个“有出息的人”了。哈哈！开个玩笑。其实，在我们连队，像我这样3年没有回家过年的人还有不少，好多老兵入伍十几年，春节也就回去过几次。他们不是不想回家，也不是没有机会回家，而是他们总互相谦让，把机会让给更需要战友的战友。我想，这应该就是有担当、讲奉献的体现吧！

当然，这也正是部队的“魔力”所在。它就像一个熔炉，总能把一个普通通甚至有些调皮捣蛋的地方青年打磨成一个有觉悟、顾大局、讲奉献的铁血男儿。写到这里，我突然想起以前干的那些“蠢事”，真是羞愧难当啊！

记得刚读初中时，您为了鼓励我好好读书，省吃俭用给我买了一辆1000多元的自行车，可我却“不太领情”，依旧我行我素，上床睡觉，下课打闹。有一次，

我还和同学打架，让您被老师叫到学校。当时的您，恐怕是被气坏了吧，史无前例狠狠地教训了我一顿。那是您第一次骂我，也是从那时起，我开始对您产生了“不满”，直到参军入伍，也没有打消您的埋怨，心里还在暗暗赌气；这下，您终于可以眼不见心不烦了！

可不知为什么，参军离家的那天，看着您骑着摩托车，带着我妈妈，紧紧跟在我们乘坐的大巴车后面，您满脸的皱纹很远都能看到，杂乱的头发在风中飞舞，本该高兴的我不由自主地鼻子一酸。那一刻，我才知道，其实我没有真的埋怨过您，只是年少时的“叛逆”罢了。而您也从来没有放弃过我，自始至终都在为我的未来考虑，即使我做了那么多叛逆的事，做了那么多让您和老妈伤心难过的事。

现在，老爸您可以放心了，因为您的英明抉择，我来到了最能锻炼人也最能培养人的好地方——部队。在这里，我吃得饱、穿得好、住得好，最重要的是，我明白了是非，学会了感恩，懂得了责任。连长、指导员经常在大会小会上表扬我“肯吃苦，爱学习，进步快”，去年连队还

推荐我去外地学习专业，我还当上了学员班长呢。

当然，在这两年多的时间里，我也吃了不少苦，受了不少累，也有过短暂想放弃的念头，但最终我都坚持了下来，而且我相信，以后还会坚持得更好。说起来，这还要归功于您一直以来的教诲：人在苦中练，刀在石上磨！

是，越是艰苦的地方，越能磨砺一个人的品格；越是难走的道路，越能锻炼一个人的脚力。如今，我已经是一名士官了，既然留队晋升士官，就要有士官的样子，更要好好学习、扎实训练、努力工作，更要以优异的成绩回报组织、回报战友、回报你们。如果问我将来有什么打算，我还是那句话——在义务兵满服役期时回答的那句话——留队奉献。

这是我的心里话，也是我的决心书——我想在部队好好干、长期干，直到部队不再需要我留队的那一天。因为，部队已经成为我的另一个家。

最后，真诚祝愿老爸老妈新年快乐，身体健康，万事如意！

儿子：刘波

中士徐波磊写给母亲的信——对不起·谢谢您·请放心

亲爱的妈妈：

新年好！收到这封信，是不是感到很好奇？心里是不是在想，臭小子，到底是长大了，想给我写信了。虽远隔千里，但我能想象到您此时此刻的表情，肯定是既欣慰又自豪！

话说回来，真的很惭愧，当兵几年来，还是头一回给您写信。不过，您也知道，我向不善言辞，许多话都埋在心底不愿意说出来。当然，不说出来，不代表心里没有爱；不说出来，也不代表心里没有情。相反，沉默不语的人往往感情更细腻、更丰富。这不，今天我就决定把心底的话全部倒出来。怎么样，老妈，准备好“接招”了吗？

首先，我想跟您说一声“对不起”。在您人生最艰难的时候(外婆去世)，我没有尽一个儿子应尽的孝道，陪在您的身边。可能，这就是忠孝难两全吧！其实，那段时间，我也很难受，夜里常常梦到外婆。有人说，梦是有感应，你在梦中经常梦到一个人，说明那个人也在经常想你。我也相信这句话。从小到大，外婆一直都很疼我，还记得入伍前，外婆使劲握着我的手说：“参加解放军好啊，到了部队一定要好好干！”我知道，她是舍不得我，但是她也知道，她的

外孙是去当兵，干的是光荣的事。听说，外婆走的时候，喊了很多人的名字，唯独没有喊我的名字。我想，她心里很清楚忠孝难两全的道理，只是和我一样，没有说出来罢了！

其次，我想对您说一声“谢谢您”。听到谢谢，是不是觉得有点“矫情”？放在以前，我也这样认为，总觉得父母对于子女毫无保留的爱是人之常情、理所当然。直到在连队参加的一次政治教育课上，指导员告诉我们，一个人要学会感恩、感恩、感恩，一个不会感恩、感恩、感恩的人是不健全的人，不成熟的人。那时我才开始明白，世上没有什么理所当然的，就像网上流行的那句话：哪有什么岁月静好，只不过是有人替你负重前行。回想这些年，若不是您不计回报的付出和加班加点的劳作，哪有今天温暖幸福的家庭？哪有我能健康快乐的成长？谢谢您，老妈，您辛苦了！

最后，我想对您说一声“请放心”。我知道，对于我携笔从戎，您一直牵肠挂肚，总担心我适应不了部队生活。说实话，起初我也担心，可到了部队，才发现，我们的顾虑完全是多余的，部队比我们想象得更团结、更有温度。这几年，在连队的培养下，在战友的帮助下，我感

到自己成长了许多，身体比以前更强壮了，性格也比以前更坚毅了，尤其是思想觉悟，明显比以前更高了。去年底，我如期晋升为中士，换上了新军衔。我知道，军衔的变化代表着责任的增加，我也会好好工作，刻苦训练，争做一名让您自豪的合格的革命军人。

老妈，说了这么多，其实我心里最想说的还是那句话：“注意身体，对自己好点”。小时候，您总对我说这句话，如今，我长大了，我想把这句话送给您。还记得上次我让大姐给您拍照吗？当我看到您的白发又增添了许多，我的眼泪瞬间忍不住了。

是，我哭了。老妈，您知道吗？当兵这几年，我吃过不少苦，受过不少累，但我从来没有流过一滴眼泪，因为我压根儿就不是一个怕苦怕累的人，但我却忍受不了您这样不心疼自己。

所以，老妈，就算是为了我，您也要好好爱护自己，不要再像以前那么拼命了，不要再给自己那么大压力了，儿子我已经长大成人了，以后养家的担子就交给我吧！如果，您相信您的儿子。

儿子：徐波磊

(戴永洋整理推荐，已征得本人同意刊发，内容有删节)



★ 给你提个醒

84消毒液被广泛用于单位和家庭的卫生消毒，在超市一般有多种品牌和包装的84消毒液出售。84消毒液的主要消毒成分是次氯酸钠，有效氯含量5.5~6.5%，是无色或淡黄色液体，有刺激性气味。空气中的二氧化碳溶于84消毒液中，与次氯酸钠反应，生成具有漂白性的次氯酸，从而发挥消毒作用。

84消毒液在使用时切记要注意以下几点，确保安全和有效：

一是佩戴防护口罩与手套。84消

