

· 指南与共识 ·

新型冠状病毒肺炎疫情期间老年糖尿病患者疾病管理与应急指引

中国老年保健医学研究会老年内分泌与代谢病分会编写组成员:

纪立农 李光伟 巩秋红 朱宇 魏亚楠 纪立伟 张放 张俊清 李强 谢云 李玲
邢小燕 王桂侠 梁琳琅 刘幼硕 汤旭磊 姚斌 李春霖 杨立勇 严励 彭永德
赵维纲 陈燕燕 高政南 管庆波 邝建 李成江 李焱 罗佐杰 沈洁 石勇铨
苏青 王佑民 肖海鹏 杨涛 朱梅

doi: 10.3969/j.issn.1006-6187.2020.01.001

2019 年 12 月新型冠状病毒肺炎(以下简称“新冠肺炎”)疫情在湖北武汉爆发后,不但在我国传播迅速,也影响到全球多个国家。2019 新型冠状病毒是过去 20 年间在人类中流行的第七种致病冠状病毒,该病毒的流行已使全球公共卫生机构处于高度戒备状态。

当前,针对新冠肺炎疫情的防疫措施,使得许多老年糖尿病患者到医疗机构接受常规的糖尿病随访和诊疗受到限制,因而可能会影响到糖尿病的控制。为使老年糖尿病患者在防疫期间糖尿病得到较好的控制,并减少因糖尿病控制不佳导致具有生命危险的糖尿病急性并发症发生风险,中国老年保健医学研究会老年内分泌与代谢病分会特制定“新型冠状病毒肺炎疫情期间老年糖尿病患者疾病管理与应急指引”(以下简称“指引”),供老年糖尿病患者及其亲属与照顾者参考使用。为便于查阅,本指引的大部分内容将用问答的形式呈现。鉴于当前的传播环境,本指引将主要以电子版形式传播。希望该指引可以帮助老年糖尿病患者共克时艰、安全的度过防疫期发挥指导作用。

一、老年糖尿病患者是易感新型冠状病毒的高危人群吗?

虽然各个年龄段的人群对此次新型冠状病毒普遍易感,但因老年糖尿病患者常合并多种慢性病,机体免疫力更弱,更有可能是易受此病毒感染的高危人群。已发表的文献显示,在新冠肺炎患者中,老年人占 14.6%~37.0%,且发展为重症和

死亡的机率升高。据推算新冠肺炎病死率约为 3.06%,老年人 5.30%,病死率最高的是老年男性重症患者,病死率达到 9.47%。

有 10.1%~20.0% 的新冠肺炎患者患有糖尿病。在重症监护病房接受治疗的新冠肺炎患者中合并糖尿病的比例为 22.2%。目前尚无新冠肺炎合并糖尿病患者死亡的数据。

二、老年糖尿病患者如何预防新型冠状病毒感染?

1. 控制好血糖:血糖控制不佳的糖尿病患者抵抗力相对较差,容易并发感染性疾病,因此积极控制好血糖非常重要。如果疫情发生前血糖控制良好,可维持原有治疗方案并注意监测血糖;如果血糖控制不达标,条件允许可去医院就诊,或通过互联网医院、微信平台等(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)咨询专业医务人员,及时调整治疗方案;糖尿病病情严重的患者需在做好防护条件下及时就医。定期监测血糖是必要的,应根据治疗方案和病情决定血糖监测频率(具体方法见本指引“怎么决定老年糖尿病患者血糖监测次数和时间点?”章节内容)。

2. 控制好糖尿病相关疾病:伴有高血压、高脂血症及糖尿病慢性并发症患者,应坚持按照医嘱进行药物治疗,按时监测血压并在医务人员指导下积极控制好血压,合理应用调脂药和抗血小板治疗(如阿司匹林),减少发生心脑血管疾病的风险。

3. 科学合理的饮食:科学饮食能有效改善营养状况、有助于新冠肺炎的防控及糖尿病患者血糖的管理。应注意充分摄入蛋白质和适当的碳水化合物,进食清淡、少盐、易消化食物,饭菜要煮熟,不食用野生动物。要多食新鲜蔬菜,多喝水,适量进食水果。适当补充复合维生素制剂。

4. 适量运动,保持健康体质:根据身体条件,适当体力活动。争取运动至少 30 分钟/天,每周 5 次,有利于血糖和血压控制,运动方式包括散步、做家务、打太极拳和做保健操等运动。

5. 注意心理健康:保持心情愉悦,及时疏导不利情绪,针对疫情端正心态,既要重视又要避免不必要的恐慌。

6. 减少暴露于病毒的机会:减少外出,如需外出必须佩戴口罩,避免到人员密集和空气不流通的场所,不参与聚会、打牌、下棋和跳广场舞等类似的集体活动。尽可能避免与有发热、咳嗽等呼吸道疾病症状的人密切接触。尽量避免乘坐公共交通工具,注意人与人保持距离(至少 1 米),回家后必须先洗手。

7. 科学防护:(1)正确选择和佩戴口罩,既要起到防护作用,也无须过度防护。在非疫情高发地区,外出时建议佩戴一次性医用口罩;在疫情高发地区外出时,建议佩戴医用外科口罩。选择合适尺码的口罩,正确佩戴和摘除,佩戴前和摘除后均应注意手部卫生。一次性医用口罩在潮湿或污染时应及时更换,废弃时不要随地乱扔,应按照生活垃圾分类要求处理。空旷场所(如公园、空旷的大街等)、家庭成员均健康的居室内无需佩戴口罩。(2)注意手部卫生,勤洗手,避免用脏手接触口、鼻、眼和耳朵内侧。(3)保护他人,打喷嚏或咳嗽时需要用纸巾、衣物或肘部完全遮挡口鼻。(4)居室注意每天两次开窗通风,每次 15~20 分钟,及时处理垃圾并保持室内整洁卫生。通常情况下只做日常清洁即可。(5)合理消毒,物体表面消毒可选择含氯消毒剂(如 84 消毒液)、75% 酒精;手、皮肤消毒可选择碘伏或速干手消毒剂。

8. 及时排除或诊治新冠肺炎:出现可疑与新型冠状病毒感染相关的症状(包括发热体温超过 37.2℃、四肢明显乏力、干咳或咳痰、腹泻、呕吐、气短等),应在做好防护条件下及时到附近医院的发

热门诊就医排除或诊断新冠肺炎。

三、老年糖尿病患者新冠肺炎疫情期间血糖管理的要点是什么?

1. 老年糖尿病患者的血糖控制目标是多少?控制目标与健康状况有关,应“个体化”选择。(1)健康状况良好患者(很少合并慢性疾病,认知和身体功能状况尚好)空腹或餐前血糖水平应控制在 5.0~7.2 mmol/L。(2)中等健康程度患者(多种并存的慢性疾病,包括关节炎、肿瘤、充血性心力衰竭、抑郁、肺气肿、跌倒、高血压、便秘、3 期以上慢性肾脏病、心肌梗死、脑卒中或 2 项以上的日常活动能力受限制及存在轻至中度的认知功能障碍),空腹或餐前血糖应控制在 5.0~8.3 mmol/L。(3)健康状况较差患者(生活上需要长期护理,如严重性心力衰竭、严重肺部疾病、需要透析的慢性肾病、不能控制的转移肿瘤或 2 项以上的日常活动能力丧失及中至重度的认知功能障碍),空腹或餐前血糖水平应控制在 5.6~10.0 mmol/L。

2. 怎么决定老年糖尿病患者血糖监测次数和时间点?如果没有机会去医院做常规糖尿病随访,可以在家中采用便携式血糖仪监测血糖。每周血糖监测次数和时间点与正在接受的降糖治疗相关。(1)仅接受口服降糖药物治疗患者,建议每周监测 1~2 次空腹血糖;(2)接受基础胰岛素治疗患者,建议每周监测 3~4 次空腹血糖;(3)接受预混胰岛素治疗患者,建议每周监测 3~4 次的空腹和晚餐前血糖;(4)接受更复杂胰岛素治疗方案的患者,建议维持此次疫情前的血糖监测方案或在医生指导下制定血糖监测方案。

四、老年糖尿病患者新冠肺炎疫情期间如何应对高血糖?

高血糖长期得不到良好控制可增加糖尿病微血管并发症(如眼底病变、神经病变和肾脏病)的发生风险。短期(3~6 个月)内血糖轻度增高不会明显增加糖尿病微血管并发症发生的风险。在防疫期间,如果血糖控制不达标且客观条件(如隔离、不方便去医院)不允许去医院就诊时,可以在家中治疗轻至中度升高的高血糖。但血糖水平明显增高并出现危及生命的糖尿病急性并发症,如酮症酸中毒和高血糖高渗综合征等危险情况时,应立即去医院就诊。

如果血糖多次监测的指标高于控制目标,可根据血糖具体数值将高血糖状态分为可暂时居家治疗和需要急诊治疗的高血糖,并采用下述不同的治疗方法应对。

1. 可暂时居家治疗的高血糖和治疗方式:如果血糖水平超过控制目标但空腹血糖低于 13.9 mmol/L 且暂时不能去医院就诊的患者,可采用以下方法控制高血糖,一是通过互联网医院、微信平台 and 医务人员提供的爱心咨询服务(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)来获得医务人员对治疗方案调整的指导和帮助。二是通过适当增加体力活动和合理控制饮食来改善血糖。

2. 需要急诊治疗的高血糖:(1)空腹或餐前血糖水平持续超过 13.9 mmol/L 时,发生严重糖尿病急性并发症,如酮症酸中毒和高血糖高渗综合征的危险性增高,需要尽早安排去医疗机构就诊并由医务人员采用有效的治疗措施控制高血糖和治疗可能已经出现的糖尿病急性并发症;(2)空腹或餐前血糖水平持续超过 16.7 mmol/L 时,发生严重糖尿病急性并发症,如酮症酸中毒和高血糖高渗综合征的危险性进一步增高,应立即去医疗机构就诊并由医务人员采用有效的治疗措施控制高血糖和治疗可能已经出现的糖尿病急性并发症;(3)如果出现原因不明的口渴、乏力、恶心、呕吐、腹痛、脱水、嗜睡、神志改变、定向力下降、与周围人交往能力下降甚至昏迷,以及呼出气味如烂苹果味、血压低而尿量多、短时间内视力下降等,即使空腹或餐前血糖低于 16.7 mmol/L,也应高度怀疑有糖尿病急性并发症,应尽早去医疗机构就诊。

五、老年糖尿病患者在新冠肺炎疫情期间如何应对低血糖?

低血糖是糖尿病药物治疗中常见的副作用,需要及时关注与处理。轻度低血糖可能导致身体不适,但不会导致永久性的器官损伤,严重低血糖可能导致昏迷、大脑严重受损(如植物人)和死亡。在防疫期间,如果发生轻度低血糖,但因为各种原因(如隔离或不方便去医院)不能去医院就诊时,患者在家中要学会正确识别和处理。如果出现严重低血糖应立即去医院就诊。

磺脲类药物、格列奈类药物和胰岛素治疗的主

要副作用为低血糖,接受上述药物治疗时发生低血糖的危险性增高。轻度低血糖可表现为心慌、头晕、视物不清、出冷汗、饥饿感、乏力、焦虑、脾气改变等。严重低血糖可表现为神志改变、行为改变、定向力和对周围事物的感知能力改变、抽搐和昏迷。如果没有低血糖症状,空腹血糖水平低于 3.9 mmol/L 时也提示有低血糖。反复低血糖发生患者可根据低血糖症状和血糖水平将低血糖分为可暂时居家治疗和需要急诊治疗的两种情况,并采用以下不同方法应对。

1. 可暂时居家治疗的低血糖及治疗方法:如果低血糖仅为轻症表现,如心慌、焦虑、面色苍白、出冷汗、饥饿感、乏力、脾气改变等,血糖水平高于 2.9 mmol/L 且能够找到低血糖发生的原因,如进食减少、延迟进餐或运动增加等,在及时采取应对措施的前提下,可通过互联网医院或医务人员在互联网上提供的爱心咨询服务(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)来获得医务人员对治疗方案调整的指导和帮助。出现低血糖时,如果神志清楚,应迅速进食含碳水化合物的食物或含葡萄糖 10~15 克的食物或饮料等,如半杯甜果汁、半杯糖水、1 汤匙蜂蜜、3~5 块饼干、3~4 块方糖或 2~3 块糖果等,10~15 分钟后,若症状还未消失可进食 1 次。若症状消除,但距离下一餐还有 1 小时以上时间,则加食 1 份主食,如 1 片面包、1 个馒头、3~5 块饼干等。如果出现神志不清、昏迷、行为改变等症状,家属应尽早将患者送往医院救治。如有可能,可在进食前测血糖。

2. 需要急诊治疗的低血糖及治疗方法:如果血糖水平低于 2.9 mmol/L,但没有明显的低血糖症状,或在低血糖症状发作时测量的血糖水平低于 2.9 mmol/L,或反复发作低血糖且不能明确原因时,应安排尽早去医疗机构就诊。如果出现神志改变、行为改变、定向力和对周围事物的感知能力改变、抽搐和昏迷等严重低血糖表现,或因低血糖造成摔倒损伤,应立即联系急救中心派救护人员来家中救助并送医疗机构治疗。注意低血糖纠正后要及时了解低血糖的原因并向医生咨询如何预防。

六、老年糖尿病患者 in 新冠肺炎疫情期间如果

需要血糖仪和血糖试纸怎么办?

糖尿病患者在家中可以通过便携式血糖仪监测血糖,也可以通过动态葡萄糖监测系统了解血糖在一段时间(3~14天)内的动态变化。上述监测血糖的设备和耗材(试纸或探头)可以在药店或互联网商店上购买。老年糖尿病患者不便在外购买血糖仪、血糖试纸时,可选择手机应用或电脑网络购买,由物流配送。

1. 通过微信平台购买:搜索“京东健康”或“京东购物”可直接进入小程序,进入后搜索“血糖仪”、“血糖试纸”,即可挑选品牌购买;手机登录淘宝应用也可以通过购物分类或直接搜索选购。建议通过京东自营或天猫等品牌官方店购买。

2. 通过手机外卖购买:手机外卖通过与药店联营,可以配送血糖仪、血糖试纸。可通过使用“美团外卖”、“饿了么”、“京东到家”、“叮当快药”等手机应用,搜索“血糖仪”、“血糖试纸”,可购买临近药店零售的测血糖用具,通常可在1小时左右送达。

3. 爱心捐赠:三诺糖尿病公益基金会愿意在疫情期间针对没有血糖仪且没有经济能力购买血糖仪和试纸的老年糖尿病患者(60岁或以上)爱心捐赠血糖仪和试纸。有需要者可通过电话联系(周女士 15274981929)或扫描以下的二维码咨询捐赠事宜。



七、老年糖尿病患者在新冠肺炎疫情期间如何管理好自己服用的药物?

在糖尿病患者的综合管理中,药物治疗始终占据重要位置。疫情期间,由于条件限制(如居家隔离和交通管制等),可暂时出现开药难的情况。为维持对糖尿病的良好控制,老年糖尿病患者更应坚持不停药治疗。

1. 降糖药物:各类降糖药的降糖机制和作用各不相同。糖尿病患者由于病程、身体状况、治疗方式、使用的降糖药物各不相同,不能简单认为降糖药之间可以随便相互替代。老年糖尿病患者如不能及时获得正在使用的降糖药物且家中或亲友

持有其它降糖药物时,不得随意用其它药物替换正在使用的药物,以免导致药物不良反应或使病情加重。建议通过互联网医院或到医疗机构咨询临床医生或药师了解是否可以替换(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)。有些互联网医院可处方药物并邮寄到家中,可以通过这种途径获得正在使用的降糖药或根据医生的建议改用其它降糖药。有条件凭处方去药店或通过互联网药店购药时,最好购买与日常用药相同通用名和相同生产厂家的药品,如果无法买到相同商品名的药品时,可以购买与正在服用的药品通用名相同但生产厂家不同的药品。请一定要按照日常服用药品的用法、用量使用所购药品。

2. 降压药物:老年糖尿病患者常伴有高血压。坚持血压控制不但可以显著降低糖尿病大血管病变的发生风险,还可显著降低微血管病变的发生风险。一般糖尿病合并高血压患者的降压目标应低于130/80 mmHg,老年或伴严重心血管疾病的糖尿病患者,可相对放宽血压控制目标,即收缩压低于150 mmHg、舒张压低于90 mmHg。如果患者坚持每日服用降压药而血压高于等于160/100 mmHg或高出上述目标值20/10 mmHg时,则需要调整降压治疗药物。可通过互联网医院或微信平台咨询临床医生或药师(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)或到医疗机构就医调整高血压的治疗方案。同样,不同种类降压药物之间也不能擅自替换。老年糖尿病患者如不能及时获得正在使用的降压药物,但家中或亲友还有其它降压药物时,千万不要随意用其它药物替换正在使用的药物,以免导致药物不良反应或使病情加重。可通过互联网医院或微信平台咨询临床医生或药师(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)咨询了解是否可以替换。有些互联网医院可以开处方药物并邮寄到家中,可以通过这种途径获得正在使用的降压药物或根据医生建议改用其它降压药物。有条件凭处方去药店或通过互联网药店购药时,最好购买与日常用药相同通用名和生产厂家的药品。如果无法买到相同商品名的药品时,可购买与正在服用的药品通

用名相同但生产厂家不同的药品。请一定要按照日常服用药品的用法、用量使用所购药品。

3. 调脂药物:老年糖尿病患者最常用调脂药物是他汀类药物。如果正在服用的他汀类药物暂时不能获得,停用一段时间(如 1 个月内)不会对疾病的控制造成不良的影响。不同种类的调脂药物之间也不能擅自替换。老年糖尿病患者如不能及时获得正在使用的调脂药物,但家中或亲友还有其它调脂药物时,千万不要随意用其它药物替换正在使用的药物,以免导致药物不良反应。可通过互联网医院或微信平台咨询临床医生或药师(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)咨询了解是否可以替换。有些互联网医院可以开处方药物并邮寄到家中,可以通过这种途径获得正在使用的调脂药物或根据医生建议改用其它调脂药物。有条件凭处方去药店购药或通过互联网药店购药时,最好购买与日常用药相同通用名和生产厂家的药品。如果无法买到相同商品名的药品时,可以购买与正在服用的药品通用名相同,但生产厂家不同的药品。请一定要按照日常服用药品的用法、用量使用所购药品。

4. 抗血小板药物:抗血小板药物是通过预防血栓形成来预防心脑血管疾病的重要药物。老年糖尿病患者常用的抗血小板药物为阿司匹林或硫酸氯吡格雷。绝大多数糖尿病患者仅服用一种抗血小板药物即可,但有一些患者因为病情需要服用两种抗血小板药物。正在服用抗血小板药物的患者如果突然停药,发生心脑血管疾病的风险会增高。老年糖尿病患者如不能及时获得正在使用的抗血小板药物,若家中或亲友有其它抗血小板药物,切不可随意用其它药物替换正在使用的药物,以免导致药物不良反应。可通过互联网医院或微信平台咨询临床医生或药师(请参考本指引“有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?”)咨询了解是否可以替换。有些互联网医院可以开处方药物并邮寄到家中,可以通过这种途径获得正在使用的抗血小板药物或根据医生建议改用其它抗血小板药物。有条件凭处方去药店或通过互联网药店购药时,最好购买与日常用药相同通用名和生产厂家的药品。如果无

法买到相同商品名的药品时,可以购买与正在服用的药品通用名相同,但生产厂家不同的药品。请一定要按照日常服用药品的用法、用量使用所购药品。

5. 长期处方:在疫情期间,国家及各省、市相关部门相继出台新的政策,允许医疗机构在安全、合理、有效的前提下为慢性病患者开具长期处方(90 天药量)。患者在就医时如有需要开具长期处方,可以主动向接诊医生提出要求。

八、老年糖尿病患者在新冠肺炎疫情期间就医时需要注意什么?

在新冠肺炎疫情期间,老年糖尿病患者不得不去医院看病,请注意以下事项。

1. 出门前准备:(1)请携带好自己的门诊病历和近期就诊记录、近期化的验单、自我血糖监测的记录表、医保卡和就诊卡。(2)根据常用药物储备情况,计划好就医时需要开的药物并写在一张纸上或带上所需药物的包装盒,以方便医生准确开药。(3)准备几张一次性面巾纸或消毒湿纸巾备用。(4)既往有低血糖症状发作患者(例如接受胰岛素治疗患者),可准备 150~200 毫升果汁、或葡萄糖片(15 克)、或 4~5 块水果糖、或几块饼干随身携带。(5)做好自我防护。穿着合适衣服(冬季注意保暖),并正确佩戴一次性医用口罩。口罩需要全程佩戴(正确佩戴口罩的方法:用双手紧压鼻梁两侧金属条,使口罩上端紧贴鼻梁,向下拉伸口罩,使口罩不留褶皱,完全罩住口鼻和下颌)。

2. 安全乘坐电梯。电梯是一个密闭小空间,人多,空气不流通,因此,进电梯前要戴好口罩。电梯按钮最容易造成接触感染,尽量不要用手指直接接触按钮,可以垫上一张面巾纸(有消毒灭菌功能的湿纸巾更好),使用完后丢弃到垃圾桶内。

3. 安全出行。特殊时期应尽量避免乘坐公共交通工具或者选择错峰出行。乘坐公共汽车或地铁时,要戴好口罩,同时尽可能避免用手直接触摸扶手和按钮等,可以垫上一张面巾纸(有消毒灭菌功能的湿纸巾更好)或者戴上手套。选择人少的地方分散而坐、不要和同伴在车上大声交谈。

4. 遵守医院防疫规定。到达医院后,配合安保/医务人员进行体温检测和流行病学调查。如果有发热情况,应先到发热门诊就诊,排除新冠肺

炎后方可去普通门诊就诊。

5. 安全候诊。进入医院候诊区域尽量避开人多的地方,分散候诊,尽量减少和周围人交谈。

6. 配合调查。如果就诊前医生要求填写新冠肺炎流行病学史,请认真配合完成。

7. 高效就医:(1)主动告诉接诊医生您此次就诊希望寻求医生帮助的主要问题,需要在多个问题上寻求医生帮助的患者,可通过和医生讨论将这些问题按照轻重缓急依次处理;(2)疫情期间,为减少不必要的就诊次数,对于病情稳定的患者,许多医院开放了长处方,根据患者的具体病情需要开可供 2~3 个月使用的药物。

8. 安全交费、化验和取药。在交费、化验检查和取药时尽量避开人多的地方,全程佩戴口罩,排队时应和前后共同排队的人员保持 1 米左右的距离,付费时请尽量采用非现金付费方式(如支付宝、微信),减少交叉感染的机会。

9. 减少在医院的逗留时间。诊疗结束后尽快离开医院。

九、有哪些在互联网上提供疾病诊治和咨询的互联网医院和平台?

在此次新冠肺炎疫情期间,临床医生、药师和卫生工作者通过互联网诊疗和咨询平台开展的健康评估和医学专业指导,在方便就医、精准指导患者有序就诊、有效缓解医院救治压力、减少人员集聚和降低交叉感染风险方面发挥了重要作用。目前已有许多“互联网医疗”的接入方法,为方便老年糖尿病患者使用,特介绍能直接通过手机上安装的微信、支付宝接入的互联网医疗平台:

1. 微信搜索“好大夫在线”可直接进入小程序。

2. 微信搜索“京东健康”可直接进入小程序。

3. 微信搜索“丁香医生”可直接进入小程序。

4. 微信搜索“微医健康”可关注微医健康公众号。

5. 微信搜索“春雨医生”可关注春雨医生公众号。

6. 支付宝点击“医疗健康”,或淘宝搜索“医疗健康”,均可接入阿里健康。

7. 微信搜索“问药师”公众号,点击首页下方“问药师”版块,再点击“找专科”,“内分泌用药”,

就可以选择临床药师进行咨询。

8. 在手机或电脑的浏览器中搜索“百度问医生”,可以进入“百度问医生”平台,该平台对接了目前所有医疗问诊的资源,可以进行免费咨询。

9. “糖尿病药店便民地图”可以查询附近可以提供胰岛素和其它药物的药店可以扫描以下二维码后通过新浪进行查询。



十、哪些地方可以找到正规渠道发布的新冠肺炎相关的防控知识和资讯?

1. 北京市疾病预防控制中心、北京市健康教育所编写了《新型冠状病毒肺炎公众防控指南(第一版)》。(网址链接 http://news.cyol.com/app/2020-02/12/content_18367591.htm)

2. 《协和新型冠状病毒肺炎防护手册》。(网址链接 http://news.china.com.cn/2020-02/04/content_75672416.htm)

3. 新冠肺炎疫情的权威信息,可关注“健康中国”(国家卫生健康委员会官方微信公众号),该公众号每日发布数次公告,明确告知公众疫情的相关进展。

4. 有关新冠肺炎诊疗方案、疫情相关政策全文的权威发布可通过关注中国国家卫生健康委员会公共卫生医疗管理处文件公告获得(网址链接 http://www.nhc.gov.cn/yzygj/ggwsylglc/new_list.shtml)。

5. 《新型冠状病毒肺炎健康教育手册》国家卫生健康委员会宣传司指导,中国健康教育中心组织编写,人民卫生出版社出版。(网址链接 http://news.china.com.cn/2020-01/29/content_75654914.htm)。

6. 微信公众号“丁香园”中有关疫情相关讯息及防控知识。

7. 百度搜索“新冠肺炎防护手册”可查看国家感染性疾病临床医学研究中心与百度联合推出的全人群防护知识。

(收稿日期:2020-01-31)

(本文编辑:钱钰)