

# “阳康”后的热点问题 记者帮忙找答案



□记者 陈超 张真

目前，一些新冠病毒感染者已经到了康复阶段，那么，“阳康”后可以继续照顾“阳”着的家人吗？“阳康”后会二次感染吗？又该如何调理身体呢？针对市民关注的热点问题，记者近日采访了相关专家进行答疑解惑。

在浙江省人民医院定海分院，记者见到了定海区新冠病毒感染医疗救治专家组负责人方南，请他帮忙解答一些热点问题。

何方南告诉记者，如果是接触到同样的毒株，基本不会受二次感染。特别是在三到六个月内，基本上感染机会很小，因此可以照顾家人。除非是接触到了第二种毒株，可能存在感染的风险，如果免疫力功能低下的，特别是老年人、3岁以内的婴幼儿，以及需要使用免疫制剂的例如肿瘤患者、荨麻疹或红斑狼疮病人，被第二种毒株感染的风险较大。

那么，“阳康”后如何调理身体，增强免疫力？记者又咨询了浙江省人民医院定海分院中医科副主任医师柳芬。“根据临床上较多的病例来看，‘阳康’之后体质是

非常虚的，一般都是气血不足，会出现盗汗、乏力等症状，所以不建议马上健身。”柳芬说，最好有循序渐进的过程。“阳康”后，体质较弱的像老年人、儿童，一般在1个月之后开始运动。身体强壮的无症状病人，可以在“阳康”后3到5天开始适当运动，等适应1周左右逐渐增加运动量。运动过程中，如出现胸闷、气短或剧烈咳嗽等需停止运动。

柳芬还说，“阳康”后体质比较虚弱，可以适当添加蛋白质类食物增强体质，例如含磷的鱼及虾类等，但不建议多吃。另外，可以通过就医适当对身体进行调理。“阳康”后可以接种新冠病毒

疫苗吗？针对这个问题，记者来到了位于城区白虎山路的新冠病毒疫苗临时接种点。区城市社区卫生服务中心主管护师赵燕告诉记者，“阳康”后产生了一次抗体，暂时不需要接种新冠病毒疫苗。在6个月后，随着抗体减弱，再接种疫苗可以加强效果。60周岁以上的老年人或有较严重基础性疾病、免疫力低下的，建议“阳康”后尽早接种疫苗。



扫码看视频

## 众志成城 科学防疫

### 上海瑞金医院舟山分院 开设“新冠专病门诊”

本报讯(记者 倪妮 陈挺 通讯员 徐博盛)近段时间，随着新冠病毒感染者增加，各医疗机构门诊接诊压力增大。上海瑞金医院舟山分院专门开设“新冠专病门诊”，让更多患者得到快速就诊。

当天上午，记者在舟山瑞金医院舟山分院看到，“新冠专病门诊”设置在门诊二楼3—4区内科普通门诊区域。患者在叫号系统的指引下有序排队，在独立的诊室进行就诊。市民王先生已“阳康”，但因持续咳嗽怀疑肺部感染病毒，因此前往该院就诊。在医生的建议下，王先生在“新冠专病门诊”进行了肺部CT检查。“开设‘新冠专病门诊’挺方便的，可以专病专治，不需去普通门诊排队。”王先生说。

据介绍，“新冠专病门诊”由该院相关科室医师坐诊，为患者提供心电图、CT、心肌酶谱等相关医疗检查，并根据患者病情收治入院。同时，该院专门成立了新冠病毒感染救治专家组，以确保诊疗质量和医疗安全。该专病门诊开放时间为周一至周五全天及周六上午。

“近段时间‘新冠专病门诊’的就诊量比较大，每天就诊人数在300人次左右。”上海瑞金医院舟山分院新冠病毒感染救治专家组成员张静说，开设“新冠专病门诊”既可以减少交叉感染，同时也提高了诊疗效率，让患者减少等候的时间。下步，该院将根据患者就诊人数情况变化，适时启用备用诊间，从而提供更便利的就诊服务。

### 《癸卯年》兔年生肖邮票受欢迎



记者近日在市集邮公司门市部看到，市民在排队购买中国邮政发行的《癸卯年》兔年生肖邮票。据了解，该套邮票是中国生肖邮票第四轮中的第八套，邮票一套两枚，名称分别为“癸卯寄福”“同圆共生”。全套邮票面值2.4元，设计者为我国著名艺术家、“猴票之父”黄永玉。

记者 陈炳群 摄

## 一颗爱心 一生志愿 ——记第三届定海区道德标兵曹杏娣

本报讯(记者 张金璐 刘琪琳 通讯员 俞欣)提起定海区美之声演唱团团长曹杏娣，许多人不会陌生。戴着红色鸭舌帽、扎着简单的马尾辫、穿着志愿服，活跃在岛城各类公益演出、志愿服务中是她留给人的惯常印象。自2007年退休后，她放弃了本可以轻松舒适的晚年生活，选择发挥余热投身到公益事业中。15年的公益路上，她用一腔热情与爱心，让越来越多的人聚拢到身边，也让爱与被爱形成良性互动，汇集成为社会“大爱”。

“我们来看你了，这是我们带的一些米。”“真的谢谢你们！”近日，曹杏娣和志愿者们来到残疾人顾碧宏家，为其送去大米等慰问品。自2012年起与顾碧宏开展结对帮扶以来，曹杏娣逢年过节都会上门关心顾碧宏的身体生活情况，帮其打扫家里的卫生。“曹团长，我们合唱一

首歌吧！”顾碧宏拿出一个看起来有些年头但明显被精心保存的便携式音乐播放器说。因顾碧宏的听力不佳，曹杏娣挽着他的手，边唱歌边用另一只手在他的臂弯处打节拍。“这个播放器是曹团长送的，里面录了100首歌。”顾碧宏的母亲谢素芳告诉记者，儿子因病致盲后又右耳失聪，曾让他一度失去对生活的信心。曹杏娣在一场关爱盲人公益演出中得知儿子喜欢唱歌后，送给他便携式音乐播放器，手把手地教他唱歌，助其重燃对生活的希望。“是曹团长让我的儿子走出了黑暗，给我们这个家带来了欢乐，真的非常感谢她！”谢素芳说。

“爱和温暖都是双向的。你真心对别人好，别人也会真心对你，这也是我坚持做公益的动力。”离开顾碧宏家，曹杏娣感慨地说：“例如去年夏天气温特别高，我们顶着烈日开展防疫、除尘等各种志愿活

动时，顾碧宏也会主动打电话来关心我，叮嘱我多休息。”像这样的“双向奔赴”，365天每日都会上演。而作为定海区美之声演唱团的负责人，曹杏娣就像是一位具有感染力的领头羊，不少人在她的引导下积极加入到公益事业中，并由衷地热爱上这项事业。“在曹团长的带领下，我渐渐学会了理发、给老人泡脚等技能。”56岁的史红举说，虽然参加志愿服务很累，但她觉得很有意思、很开心。团员郭宗兰则用“严格”和“无微不至”来描述曹杏娣的工作风格。“她经常提醒我们，第一要注意安全，第二要把服务做到位，第三要提升自己的水平。”郭宗兰说，有时候大家坐船去小岛，海上风浪较大，曹团长年纪大了也会害怕，但还是处处照顾团员们，比年轻人还有精力，大家都特别佩服她。

在曹杏娣的带领下，去年以

来，定海区美之声演唱团已开展各类公益演出和志愿服务活动382场。“我一场也没落下，每天早上5点半出发，晚上5、6点回来。”曹杏娣告诉记者，因偏远小岛上的老年人缺乏公共服务、缺少精神慰藉，亟需志愿服务，去年以来，定海区美之声演唱团服务的小岛数量从一个月7个扩展到全市范围的14个，曹杏娣和团员们有时一天就要去4个悬水小岛开展服务，平均每月服务1000余位老人。在曹杏娣的工作计划表中，每日的行程安排都是满满当当，包括防疫、宣传演出、为老服务等。虽然公益之路路上不乏汗水和辛苦，但在曹杏娣看来，这是她永恒的志愿和追求。

“评选上道德标兵是对我15年来公益之路所付出的认可，也激励着我将公益事业进行下去。”曹杏娣说，今后，她将带领团队成员继续服务社会、传递正能量。

## 区社会治理中心高效化解劳资纠纷

### 平安定海

本报讯(记者 刘琪琳 通讯员 周娇琳)“终于拿到赔偿金了！感谢你们为我调解，保障我的合法权益。”近日，在区社会治理中心，张师傅拿着调解协议激动地说。

原来，张师傅从2020年10月起受雇我区一家家电维修服务部，从事于家电维修、安装工作。今年8月，张师傅在维修接线过程中不慎从脚手架上摔下受伤，造成右跟骨骨折、挫伤。因为张师傅跟该家电维修服务部是多年雇佣合作关系，虽然该家电维修负责人王先生第一时间把张师傅送进医院，可事后的手术费、治疗费、医疗费、护理费等都由张师傅垫付，王先生推托很久后才把医药费结清。

张师傅出院后，联系王先生商谈另外的赔偿事宜，但是双方对赔偿金额一直协商不成，便来

到区社会治理中心人民调解窗口寻求帮助。调解员先安抚双方情绪，随后针对双方纠纷争议的焦点进行耐心地梳理、劝说，调处中也兼顾双方的利益和诉求，最终促使双方达成一致协议，调解协议双方签字捺印后，调解员又引领双方当事人进行了司法确认。至此，该起损害赔偿纠纷案件顺利解决。

“从此前的多次协商无果，到如今的圆满解决，调解变得越来越快速、高效、便民，这样的转变得益于区社会治理中心相配套的一系列工作机制。”区社会治理中心相关负责人说，中心采用“常驻+轮驻+随驻”模式，整合相关部门和工作平台资源力量入驻集中办公，为群众提供信访诉求、法律咨询、纠纷调解等服务，充分发挥一站式矛盾纠纷化解机制高效便捷作用，解民情、化民意、赢民心、办实事，及时有效化解劳资纠纷。去年以来，该中心针对此类劳资纠纷调解案件均在3个工作日内处理完毕，限时办结率达100%。

## 不聚集 零接触 部分车管业务可选择“网上办”

### 数字化改革 定海实践

本报讯(记者 胡思佳 通讯员 林震雯)记者日前从交警部门了解到，疫情期间，市民办理部分车管业务可选择“网上办”，减少人员聚集，少些往返奔波，保障市民的健康安全。

记者了解到，市民办理部分车管业务时可手机下载“交管12123”APP，实名注册、登录后，在首页点击“更多”进入“业务中心”，选择所需办理业务进行在线办理。其中线上办理的业务包括新车选号、在用车选号、备案非本人机动车、机动车转籍申请等机

动车业务；考试预约、取消预约考试、电子学习驾驶证明、驾驶证补换领、延期换领驾驶证、延期提交身体证明、延期驾驶证审验、变更驾驶人联系方式、申领电子版驾驶证等驾驶证业务；一键挪车、业务委托申请、老年人业务代办、学法减分、罚款缴纳等学习教育业务、违法处理业务、事故处理业务、便民服务等。

交警部门提醒广大市民，网上可办业务的机动车范围以个人名下车辆为主，单位车辆仅部分可办，具体可参考网办系统提示。补换牌证工本费，“网上办”与“窗口办”收费相同，“网上办”另需支付邮寄费用。如有网办操作疑问，可拨打0580-12123咨询。

## 东河中路部分路段恢复双向通车

### 实干争先 跨越发展

本报讯(记者 王思圆 刘琪琳 通讯员 林燕)记者近日从定海湾区改造指挥部了解到，作为定海湾区道路管网建设项目之一，东河中路(新桥路至环城南路)道路改造提升工程自去年8月启动施工以来加紧推进，目前第一阶段施工接近尾声，新桥路至东园路段恢复双向通车。

记者在东河中路(新桥路至环城南路)道路改造提升工程施工现

场看到，新桥路至东园路段已完成中沥青摊铺，实现双向通车。在新桥路至东园路段两侧人行道及东园路至环城南路西侧主车道，工人们正抓紧施工，保障工程按既定节点完成施工进度。

“按照原计划，第一阶段施工要在去年11月底完成，但我们临时增加了东河泵站进口改造工程，包括一根牵引管和一个污水沉井施工，占用了40多天时间，造成工期进度比原计划稍滞后。”该工程施工单位现场负责人毛舟军告诉记者，目前他们正按照重新调整的施工计划加紧施工，计划在春节前

完成新桥路至东园路段的全部施工内容。

据介绍，东河中路(新桥路至环城南路)道路改造提升工程施工内容，包括新增直径600—1000毫米雨水管及直径1000毫米污水管，并对道路路面、人行道等进行提升改造，涉及道路全长约720米、宽度约20米。根据施工安排，该工程以东园路为界，第一阶段主要对东河中路(新桥路至东园路段)进行封闭施工，春节后将启动东河中路(东园路至环城南路段)剩余主路面施工工序。“我们提醒广大市民，东园路

至环城南路西半幅路面目前还在施工，东河中路整条路并未完全贯通，过往车辆需减速慢行。”该工程建设单位项目负责人俞彬彬说，目前建设单位正联合施工单位、自来水公司等单位一起攻坚克难、加班加点追赶进度。计划在春节前，对新桥路至东园路局部二侧人行道完成铺装，东园路至环城南路西侧主车道完成沥青摊铺，保障过年期间车辆在东河中路能够正常通行。农历正月十五后，东园路至环城南路段计划全面开挖，届时该路段只允许非机动车及行人双向通行。

## 卫生监督部门严查非法行医活动

本报讯(记者 倪妮 通讯员 郑赛红)随着近期市民就医需求增加，部分违法分子蠢蠢欲动，非法行医活动又有抬头迹象。区卫生监督部门主动出击，严查非法行医行为。

区卫生计生综合执法大队执法人员近日根据举报线索，来到位于金塘镇一胡同内的一家黑诊所。行医现场，灯光昏暗，消毒措施不全，通风换气不良，地面沾血棉球随处可见，注射用阿奇霉素、头孢噻肟、一次性使用输液器等大量药品器械堆满橱柜，估值2万元。在垃圾桶内，执法人员还发现有输液瓶、输液管等医疗废弃物。执法人员立即提取现场证据，对该违法行为进行严

肃查处。“非法行医行为严重危害人民群众生命健康权益，下步我们将保持严厉打击的高压态势。”区卫生计生综合执法大队相关负责人表示，他们将加大非法行医巡查力度，积极排查非法行医违法线索，及时报告并协助查处违法案件，并采取明查与暗访相结合的方式，对已取缔非法行医场所进行“回头看”。该负责人还提醒非法行医者，不要心存侥幸触碰法律和生命安全红线，违法必究。此外，目前我区发热门诊(诊室)施行“应设尽设”“应开尽开”，广大市民身体不适务必前往正规医疗机构就医，以免带来不必要的损失和伤害。