

# “疾控女侠”吴凡：牢记疫情“三件套” 尽早主动打疫苗 为自己和社会穿上“无形防护服”

新冠疫情暴发至今已有一年多了，目前仍在不断散发、点状出现，有确诊病例在11次核酸检测之后才呈阳性，是病毒更狡猾了吗？我们有可能战胜它吗？昨天，被市民们亲切称为“疾控女侠”的复旦大学上海医学院副院长、上海市重大传染病和生物安全研究院院长吴凡教授做客第164讲上海科普大讲坛，为大家带来《新冠防控，我能做什么》。

吴凡说，在现在疫情常态化防控情况下，市民要继续保持健康的个人行为，为自己穿上一件“无形防护服”；同时也要尽快完成规范的疫苗接种流程。

## 洗手作用不亚于口罩

吴凡每回做科普，都会反复提到疫情“三

件套”——佩戴口罩、保持社交距离和注意个人卫生。“口罩和保持社交距离是一对灵活掌握的措施。有人抱怨，夏天到了口罩实在‘戴不住’。那么，如果能确认与其他人员保持1.5米以上距离，就不一定要戴口罩。”她说。有数据显示，老年人戴口罩频率要比年轻人低，这是由于老年人肺功能下降，戴口罩或带来不适。“此时需要大家相互理解，和老年人交流时主动保持社交距离。”

行为健康在新冠疫情防控中至关重要。吴凡指出，洗手的作用一点也不亚于戴口罩，尤其对于喜欢乱摸的小朋友来说。洗手的要素有三个：肥皂、20秒和流动水。她解释说，哪怕是普通肥皂，都可以破坏病毒外层包裹的膜，使之失去感染人的能力。而实验表明，洗手时

间只有达到20秒以上，病毒才能被破坏。“要强调的是，从外面回家或乘坐公共交通到目的地后，必须要洗手。如果没有水，就不要用手摸眼、鼻、口等有黏膜的地方。”

## 接种疫苗利人又利己

“打疫苗是‘利人利己’的。疫苗保护效果虽不是100%，但至少能形成有效保护。对个体来说，一定可以减轻症状。”吴凡说，“在形成群体免疫前，接种完疫苗的市民还是要戴口罩。”

此外，疫苗对变异病毒的有效性需持续监测。“好消息是，现在的疫苗对于变异的病毒仍然是有效的。但这句话说不是永远的，我们需要保持警觉。”

对于“强化免疫”的问题，吴凡举例说，大

家小时候接种过两针麻疹疫苗，但到高中时候还会再补一针，这是因为随着时间增长和长期不感染的状态，疫苗效果会下降，就需要再强化。“对于新冠疫苗来说，今后是否需强化要分两种情况：一是看疫苗的种类以及它免疫的持久性，不同疫苗后续加强免疫的要求是不一样的；第二就是观察持续免疫效果是否有下降。”对于普通公众，没有必要在是否打第三针的问题上纠结，把它留给科学家来处理即可。

吴凡说，还没有接种疫苗的市民，在身体没有特殊禁忌的情况下，尽快去接种；已经接种了第一针，并满足第二针接种条件的，赶紧去打第二针。这样，才能更好保护我们每个人和社会。

本报记者 郜阳



## 本报记者探访中老边境亚洲象栖息地 人象共处 习以为常



6月18日18时至6月19日18时，15头北移亚洲象均在监测范围内，人象平安。象群总体向西南方向迂回迁移3.09公里，在玉溪市峨山县大龙潭乡小范围活动。独象离群14天，位于象群东偏北方向，距离象群24.9公里，在昆明市安宁市八街街道附近的林地边缘徘徊。 云南省森林消防总队 供图



► 村民在采收玉米  
特派记者  
周馨 摄

西双版纳傣族自治州勐腊县勐满镇南坪村民小组紧邻中老边境一线，1988年，为响应国家保护生态环境的号召，村民放弃了世代耕种的大片农田，从尚勇自然保护区核心地带搬迁出来重建家园。南坪村民小组共有户籍人口30户126人。全村有耕地402亩，橡胶1952亩，经济收入主要来源为橡胶种植、冬季作物。

## 村民救助受伤大象

57岁的赵金清是这里的一名亚洲象监测员，他和大象的缘分始于1998年。当时正值炎热的7月，那时还是一名护林员的老赵在自家水稻田里发现一头大象正在吃水稻，再仔细一看，这头大象走路的样子比较虚弱，原来它是一条后腿受了伤，正在化脓。他赶紧向尚勇保护区管理所汇报，所里让他继续跟踪观察这头大象。刚开始，大象比较怕人，老赵也怕大象，他不敢靠近，只能远远地抛食物给大象吃。之后，老赵每天都会背上二三十斤家里的玉米，走上六七公里路带给大象吃。经过一段时间，大象对老赵有了感情，不再害怕老赵。有时候老赵去看大象，如果它刚好在草深的地方，老赵会叫一声，大象听到就会走出来。这时，老赵已经能手拿玉米直接喂大象吃了。老赵看到大象伤口上生了虫，还买了药品，用长竹竿缠上布条，再粘上药，给大象涂抹伤口。但遗憾的是，虽然老赵持续照顾了大象两个月，但大象终因年老体弱、伤病缠身不幸死去。让人动容的是，当这头象知道自己快

走到生命尽头的时候，它来到南坪村附近，向赵金清作最后的告别。赵金清爱人回忆道：当时，大象流下了眼泪。

为了纪念这头大象与人的感人故事，西双版纳保护区管理局的科研人员将这头大象的遗骨做成标本，陈列在西双版纳自然保护区管理局的展厅里。

作为一名护林员和亚洲象监测员，赵金清每个月至少会有八天要到保护区去巡视监测，碰到大象活动频繁的季节，次数还要更多。老赵说他前几天还在山上看到一个由十几头大象组成的象群。南坪村村社房子里有亚洲象监测预警设施，村外2公里处有红外线拍照监测。如果拍到大象，会自动联网到村里的广播，通知村民，注意防范大象出没。

## 相处久了成了习惯

在政府的宣传下，上世纪90年代末，西双版纳的各族人民放下了手中的猎枪，让生活在热带雨林中的野生动物有了一个安全的空间。再加上生态环境的改善，近几年这里的野生动物数量明显增多，其中变化最为明显的是亚洲象，从上世纪80年代的100

多头，已增加到目前250头到300头。但是大象数量的增长以及保护区大象食物结构的变化，导致不少亚洲象走出保护区觅食，对周边村寨的村民生活造成了影响。赵金清家22亩地的玉米今年大部分都被大象吃了，国家去年每亩赔偿400元，今年提升到600元。

55岁的村民赵金龙告诉记者，他经常能看见大象，见多了，就习以为常了。他们家有十来亩地，今年抢收了三亩玉米，其余都被大象吃了。赵金龙说，小时候附近基本见不到大象，大概在1998年后，开始看到大象出没，后来就越来越多见。

村民李如才一家有100亩橡胶，有时候大象会来吃小橡胶树的叶子，还会踩踏、折断橡胶树。虽然对于橡胶树受损，国家会有补偿，但是补偿价依然低于市场价。他们家在保护区内的10亩玉米可以说差不多是种给大象吃的，而喂猪20头猪也需要玉米，他们家只好到附近村寨租了8亩地种植。谈到对大象的感情，李如才说，亚洲象一方面对他们的生产生活造成了一定影响和损失，一方面和亚洲象相处久了，也习惯了。

特派记者 周馨（本报玉溪今日电）

一步一步，一级一级，由于前两天下楼时不小心摔伤了脚，在中考考场，徐汇区梅园中学九（2）班男孩小天（化名）“享受”到了特殊待遇——班主任吴建明老师一直扶他艰难地跳上四楼，走进教室。等他考完，再一步一步护送他下楼，坐上轮椅。看见老师推着孩子走出校门，小天的家长悬着的心放下了。

吴老师今年59岁，多年坚守初三当班主任，拥有一颗“老父亲”的心，被调皮的孩子们称作“吴爷爷”。他说，孩子受伤后，家长非常担心和焦虑。学校和徐汇区招考中心以及所在考点华东理工大学附属中学进行了沟通。由于临近考试，一切考务工作就绪，无法再安排单独考场，考点便为小天开通了绿色通道，允许他提前进入考场，吴老师和年级组长周亚军牵头组建了接送小组，确保小天能顺利完成考试。

“哎，半夜我家里刚爆了水管，水漫金山，但是，总是送考最要紧！”上午考试结束，吴老师匆匆往家里赶。对这位已经在三尺讲台耕耘了42年的老教师来说，特别护考并不是第一次了。去年中考前夕，一个女生意外受伤，行动不便，他和各科老师每天排课表，轮流到孩子家中送教上门，坚持了一个多月。

吴老师说，老师们的想法很简单，就是要让每个孩子有底气，有自信面对未来。

首席记者 陆梓华

## “动物奇妙夜”回归！

本报讯（记者 金曼矣）6月至8月，上海动物园“动物奇妙夜”活动回归。今年，除了场次数量与往年相同外，还首次尝试推出幼童场、成人场和独立儿童夜宿场，并“量身定制”不同长度的路线。昨晚，首个幼童场将掀开今年“奇妙夜”的神秘面纱。

园方介绍，在参考了游客意见及建议后，今年的“动物奇妙夜”优化了活动方案。首先，扩大了受众的年龄段，增设幼童场和成人场，让孩子年龄较小的家庭和没有娃又想参加活动的人群有了选择。其次，活动品种更为丰富，除了经典夜游和夜宿，还增设了独立儿童夜宿场，既考验孩子们的组织纪律性，又锻炼他们的观察能力、社交能力和独立处事能力。

经典夜游亲子线路和成人线路是个“大圈子”，涵盖了除食草区和两爬馆外几乎所有区域，即从灵长区的狐猴岛、狒狒山，到食肉动物区、乡土动物区，再到鸟区。而幼童线路则为“小圈子”，即从儿童动物园-狮虎山-熊山-乡土动物区-鸟区，家长无需担忧活动太晚或孩子体力不支。

想参加“动物奇妙夜”活动的游客可在每周五下午3时，通过上海动物园微信公众号报名。

「吴爷爷」扶他进考场