



上下同心协力 急难愁盼有解

# 邻里互助：冬日里的一股暖流

杨欢



新民眼

涉疫药品的缺货、断货问题日益引发关注，就医用药需求成为当务之急。连日来，感冒药、退烧药等成为沪上很多居民区的“紧俏”物品。部分居家康复人员没来得及备药或品类不对症，有的突然“中招”就很慌乱，家里有“一老一小”的，碰上麻烦更是着急上火。

近日，上海许多地方正在开展“邻里互助、药物共享”等行动。居民们通过贡献家里的“库存”“备货”和帮助代买的途径，帮助有困难困难的邻居应急。街坊邻里送药、送医、分享经

验、互相鼓励，疫情下的守望相助令人感动。

虹口区北外滩街道蟠龙街26号有对夫妻发烧，因家中没有退烧药，便向楼组长请求帮助。随后，一场为邻居寻找退烧药的爱心接力紧急展开。热心的邻居拿出家中仅有的数粒退烧药送到楼组长手上，病中的夫妇俩甚为感动。这样的暖心案例有很多。有人家里小孩半夜发高烧，心急如焚，在微信群里发布求助信息后，邻居们纷纷在家翻箱倒柜找药，还帮忙联系社区医生，远程指导帮小朋友物理降温。

眼下，“阳”“居家”“备药”成了“朋友圈”的热搜词，人们纷纷外出买药，生怕自己买不

到药。但也有人主动把自己家的药物拿到社区，“共享”给有需要的人。家住金山石化街道四村443号的楼兴妹得知有老年邻居求购感冒药，正好家里有富余，又考虑到现在不适合串门，就想到了在楼道搭个“共享药品桌”。邻居们纷纷拿出家里多备的药品，没过多久，“共享药品桌”上摆满了抗原、体温计、退热贴、消毒液，取走药品时大家还不忘消毒。

同舟共济、共克时艰，一场场接龙置换的背后流动着爱心、传递出暖意。这些好邻居们用“团结友爱、互助友善”生动诠释了“远亲不如近邻”这句谚语，用实际行动彰显了守望相助、患难与共的人间真情。

特殊时期，亲朋邻里间的防疫物资进行共享互助、互通有无。在保留自家基本需求的情况下，富余的紧缺物资药品通过微信朋友圈、微信群等平台与亲戚、朋友、街坊邻居共享或交换其他药品，能减缓部分药物短缺带来的紧张状况。对每个人而言，拿出多余的药支持其他人，与理性购药一样，都是在帮助他人。将医药物资留给最需要的人，就是一种守望相助。

大家齐心协力，共渡难关。就像一团火点燃另一团火、一束光簇拥另一束光，守望相助在付出与回应的双向互动中，凝聚起无坚不摧的战“疫”力量。让人坚信，寒冬终将过去，疫情也总会散去。

金山区  
朱泾镇

梳理“4+6”类人员并分类分级服务

## 一人一档 时时关注特殊人群

本报讯（特约通讯员 殷洁如 记者 屠瑜）“挺好的，每天闻着这个味道上下楼，安全感都能强一些。”在金山区朱泾镇钟楼居民区鸿越华庭小区，居民胡阿姨每天都会在自己居住楼栋的电梯轿厢和楼道中点燃一支艾柱，每天乘坐电梯都有着艾香陪伴，让居民们对这名默默的守护者很是感激。随着防控措施的优化调整，社区里的防疫进入了新阶段。面对身边时而出现的阳性邻居，居民相比以往更多了一份淡定。在钟楼居民区，对于居民们的自律，居民区党总支书记、居委会主任彭岚很是感慨，“在‘新十条’落地后，根据镇疫情防控指挥部部署，我们各社区都提前结合实际制定了相应预案，但是面对5个小区，4处开放式居住区，2808户居民，如何平稳度过这个阶段，主要还是需要每位居民的配合，比较感动的是，大家都还保留着前期防疫的自觉和团结。”

在钟楼居民区的几栋出现阳性病例

的楼栋，楼组群中互相之间的知会和关心成了主旋律。“各位邻居，我的核酸检测显示阳性，目前我和同住人已自觉隔离在家，核酸转阴前非必要不出门，请大家不要恐慌，也注意做好自身防护。”“收到，有需要药品或物资的在群里告知，我们放门口后微信联系。”……不久前，居民金先生核酸阳性，他在家中为自己准备好隔离单间后，就在楼组群中对居民进行了告知，让他深感安慰的是，群中没有质疑声，都是嘘寒问暖的话语。

在朱泾的各个社区，疫情防控正从“防守”向“稳控”改变。最近在东林居民区，居委会的电话比以往更加繁忙，其中，许多来自独居老人和他们的子女。“今早我们刚去给一位80多岁的老人送了抗原和防护用品，她的子女在外镇，目前还因为核酸阳性在家中养病，将有一段时间无法回家照顾老人，这个特殊时期，对家里老人大家都放心不下，所

以特意打电话让我们上门看看。”接到电话后，东林居委会及时为老人送去了口罩、抗原试剂。并在确认老人安好后，给老人的子女打了报平安的电话。“目前，对于辖区60周岁及以上的老人，我们与家庭医生紧密协作，一方面对还未接种疫苗，但健康情况平稳的老人宣传愿接尽接，另一方面做好跟踪服务，确保时时关注到这些特殊人群的状况和需求。”

据悉，在“新十条”落地后，朱泾各社区在镇疫情防控指挥部的统一部署下，在最短时间内对辖区特殊人群名单进行了再排摸、再细分。目前，完成梳理了“4+6”类人员，4类为婴幼儿、孕产妇、长期透析患者、急危重症患者。针对60周岁及以上老人重点细分了心脑血管疾病、慢阻肺、糖尿病、慢性肾病、肿瘤、免疫功能缺陷6类人群。通过细化一人一档，将更能有的放矢地开展对重点人群、次重点人群、一般人群的分类分级服务。

普陀区  
桃浦镇

以老带老，通过“现身说法”打消顾虑

## 打通疫苗接种“最后100米”

本报讯（记者 江跃中）近日，普陀区桃浦镇阳光水岸苑居民区90多岁的庄阿婆，在居委会工作人员的协助下，顺利完成了第一针新冠疫苗接种。庄阿婆先前一直认为自己年纪大了，不适合接种，直到楼组长周晓霞与她推心置腹地交流一番，她才打消顾虑。为加快推进社区老年居民的新冠疫苗接种，阳光水岸苑居民区精准排摸，广泛动员已接种疫苗的老年楼组长、老党员、“第二梯队”志愿者等，积极参与疫苗接种宣传，通过“现身说法”的方式，带动老人接种疫苗，共筑社区免疫屏障。

“我作为楼组长，平时对庄阿婆比较关心，她也比较信任我，我向她分享自己接种后的‘心路历程’，告诉她接种疫苗不仅对自己有好处，还能保障大

家的安全。”周晓霞回忆道，经过医生的健康评估，确认符合接种条件后，医护人员立即为庄阿婆接种了第一针疫苗。

阳光水岸苑居民区党总支书记俞曙光认为，“动员老年人接种疫苗，要先从他们的心理需求出发。居委干部和老人不是同龄人，我就想到了年长楼组长、老党员们，他们说的话，老年居民听得进去，这段时间，社区内主动报名接种新冠疫苗的老年人越来越多。”

目前，桃浦镇各居村精准排摸老年人群疫苗接种情况，建立一人一档，确保应打尽打；针对有特殊情况不能接种疫苗的老年人，建立重点人群健康档案，加强疫情防控知识的宣传工作，增强他们个人防护意识。在疫苗接种点

位布局上，桃浦镇采取了“固定接种点+家门口接种点”的模式，即在桃浦社区卫生服务中心、桃浦第二社区卫生服务中心设置固定接种点；对有上门需求的单位，安排机动小分队进社区为居民群众提供“零距离”接种服务，切实打通疫苗接种的“最后100米”，全面筑牢辖区免疫屏障。

“我们年纪大了腿脚不方便，现在有医生进小区接种，服务很周到。”近日，祁连新家园小区居民金老伯就在家门口完成了第三针新冠疫苗接种。金老伯表示，接种新冠疫苗能够显著减少感染后的重症，对老年人来说，及时接种疫苗尤为重要，何况自己之前打了两针没有不良反应，所以更加应该来打第三针，为自己增加一道防疫屏障。

新民问答

### 感染新冠后，牙刷毛巾需要换吗？

过去一周，新冠病毒感染人数越来越多；与此同时，“阳转阴”的患者也开始增多，大家开始更多关注新遇到的问题：感染期间的衣物，牙刷、毛巾等生活用品上是否还有病毒残留？是否会造二次感染？“阳”过后家里该如何消杀？对此，记者请上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院呼吸科主任王振伟和感染科医生季思勤予以解答。

**餐具高温蒸煮  
衣物正常清洗即可**

“要想判断‘阳过’之后的生活用品是否需要更换，就要先从病毒在物体表面存活的时间来分析。”季思勤医生说，“新冠病毒必须在宿主细胞里才能复制，一旦离开人体，室温条件下2至3小时就会失去活性。如果是在卫生间、厨房等通风不好的角落，其存活时间可能会相对较长。”

那“阳过”后，你是首选开窗通风还是把家里所有物品的表面消毒一番？季思勤表示，大可不必将家里的日用品表面擦拭消毒一遍。尽管奥密克戎毒株会在物品表面上存活更长时间，但新冠病毒通过呼吸道传播，接触物体表面传播的可能性很小，不是主要传播途径——气溶胶、飞沫才是更为主要的传播途径。

“家庭做好日常清洁就可以。对于卫生间、厨房等重点部位，可以使用含氯消毒剂擦拭，擦完之后静置半小时，再用清水擦拭。一些小范围的位置消毒可以用酒精擦拭，比如手机、电脑、开关、门把手等。感染者使用过的餐具、水杯等，可以通过高温蒸煮进行消毒，衣物正常清洗、晾干即可。”季思勤说。

季医生特别强调，最重要的是要做好通风换气，建议每天通风2-3次，每次不少于30分钟，开窗通风可以最大限度地降低空气中的病毒数量。

**痊愈后再接触同一病毒有抗体**

有市民担心，生活用品上残留的病毒会让我们感染“复阳”吗？

王振伟介绍，当新冠感染痊愈后，不必更换生活用品。这是因为新冠病毒于实验环境下在物体表面的存活时间最长也不超过10天；其次，即使病毒在物体表面存活长时间，还再次感染了人体，那也不会怎么样——因为在感染后，人体针对相应的毒株、相应变体会产生特异性的抗体，当人体再次接触一模一样的病毒时，身体内存在的免疫细胞可以迅速产生抗体，清除病毒。尤其在感染后的3-6个月，体内抗体都维持在一个很高的水平，对于小幅度的病毒变异都有交叉保护作用。“阳过”之后，各类家庭个人生活日用品比如毛巾、牙刷等不需要因为曾经感染时使用过而更换，做好日常清洁后可放心使用。”王振伟说。

本报记者 郢阳