

孩子应知晓

带“花冠”的病毒，你为什么那么坏？

——就新型冠状病毒感染的肺炎答小朋友二十问

这个寒假，小朋友们不能畅快地和伙伴们玩耍，不能外出享受美食美景，看着大人们忙碌的身影，小朋友们对此既失望又疑惑。新型冠状病毒，对这个突然闯入我们生活的敌人，小朋友们一定有很多的疑问，在此我们就替大家问问冠状病毒，看它怎么说？

1.你为什么叫冠状病毒呀？

病毒说：我的样子，就像一朵长满花瓣的花一样。大人们把这花瓣叫“花冠”，所以我就叫“长得像花冠的病毒——冠状病毒”啦。

2.你长得像花，为何却害人？

病毒说：就像花要结果子一样，我也要生育子孙后代呀，你们人类管这叫繁殖。我要繁殖，就要破坏你们的身体，咱们可是水火不容呢。

3.冠状病毒，你更喜欢长在爷爷奶奶，爸爸妈妈身上吗？

病毒说：不不不，小朋友我也喜欢哦，谁不勤洗手，谁不戴口罩，我就要在谁身上开花结果啦。

4.那谁和你离得近？

病毒说：现在看来离我新家（感染者）近的，包括疾控中心的工作人员、医务工作者以及不知道防护的人。

5.你是怎么从一个人跑到另一个人身上的呢？

通过飞沫，我藏在你们的鼻涕、口水里……所以你们如果面对面打喷嚏、咳嗽，我就可以“趁虚而入”啦。但是如果每个人都戴好口罩，我就没办法“串门”了。

6.那我们戴口罩不就把你挡在外面了吗？

病毒说：口罩可以把别人的兄弟姐妹挡在外面，他们没办法乘着飞沫跑到你身上啦。但是，我有别的办法，那就是通过你的手，比如你打喷嚏的时候用手擦，又没有把手洗的干干净净，就揉眼睛、挖鼻孔、摸嘴巴，那我就可以在你身上落户啦。

7.谁说的，我每次饭前便后，打喷嚏咳嗽，都会用洗手液把手洗的干干净净，那你还能跑过来吗？

病毒说：哇！你太狡猾了！那我就没办法在你身上安家落户了！

8.而且我们听说，你怕高温，五十六度，对吧？那你怕醋、酒精吗？

病毒说：对，只要你们能把食物煮熟，把水烧开，做到不吃生的食物，我就完蛋了，而且光靠晒太阳是无法打败我的。至于醋，那是更不可能杀死我的。喝酒对我也没有用哦，但是如果遇到医院用的75%酒精，那我就逃之夭夭了。

9.你跑到人身上，人就会生病是吗？

病毒说：也不全是，因为很多人我打不过他们。

10.什么样的人你打不过？

病毒说：身体比较好的，免疫力强的。他们在平时不挑食、经常锻炼身体、按时睡觉、心情愉快，我们就打不过。

11.那什么样的人你容易打的过？

病毒说：当然是免疫力低的人啊！比如爱生病的、抽烟喝酒的、晚上熬夜的、经常心情郁闷的等等，特别是爷爷奶奶这样的老年人。

12.那为何有些身体好的叔叔阿姨也被你弄病了？

病毒说：因为他们处在与我们战斗的第一线，接触我们的数量多啊，比如医生护士哥哥姐姐们。

13.你为什么要往人身上跑？

病毒说：我也没办法啊，我本来住在野生动物身上，结果你们人类不但大量杀死它们，还把你们吃了。我现在无家可归，肯定要找新家啊！

14.你在哪种野生动物身上？

病毒说：这还不能告诉你，等你们科学家来破案吧！不过我可以告诉你，我朋友SARS住在蝙蝠身上，然后又跑到果子狸身上，你们吃果子狸，它就跑到你们身上了。

15.你和SARS谁更厉害？

病毒说：不好说。目前，我的战斗力还不如SARS，但是我们正努力提高。

16.别想，你不知道我们所有人都在和你战斗吗？

病毒说：我就怕你们这个。尤其是你们的白大褂军队，正在想办法消灭我，再加上你们人类团结一心，集中力量来对付我，像我的朋友SARS就被你们打败了。

17.如果这次把你打败了，你还会再来吗？

病毒说：这个不好说。只要你们对野味的爱好不改，我冠太郎还会回来哒！

18.科学家们正在研制疫苗，到时候你就完蛋了，你怕不？

病毒说：嘿嘿，我当然害怕疫苗了。但是只要你们人类毫不节制的捕杀、食用野生动物，即使我被你们控制了，其他兄弟姐妹也会有为我报仇的机会的，况且我跟孙悟空一样，也会72变哦，到时候你们的疫苗就不一定管用啦。

19.今年寒假我不出去旅游了，也不和朋友们外出玩耍，就在家写作业，看书，帮爸爸妈妈做家务，看你怎么办？

病毒说：过完春节不到两个周的时间你们就要开学了，到时候……嘿嘿，我就不相信我没有机会欺负你们！

20.我们的祖国妈妈都做好了充分的应对，我们在保密，会把我们保护的妥妥的，哈哈，休想感染我们！傻了吧？

病毒说：哎呀！完喽，完喽！原来你们人类已经做了充分的准备了，看来这场战役我的胜算不大喽！

图5作者:王杉艺 黑龙江省大庆市万宝中学初一

图6作者:王佳钰 北京师范大学昌平附属学校小学部六年级

儿童防护

近日，儿童感染新型冠状病毒的病例报道逐渐增多，虽然目前报道的儿童感染新型冠状病毒的数量少于成人，但儿童新型冠状病毒感染情况也需要密切关注。

新型冠状病毒的主要传播途径是飞沫传播和接触传播。作为极易出现呼吸道感染的人群，儿童应如何防范新型冠状病毒感染呢？

家长请注意

教你“六招”保护孩子

问题一：儿童传播途径从哪里来？

儿童感染的主要传播途径是飞沫和接触传播。也有出现结膜传播的案例，更要加强防护。

儿童自身免疫功能低下，是极易出现呼吸道感染的群体，且年龄越小越不容易发现。一旦发病，进展更快，潜伏期最短1天即发病，最长可达14天不等。家长们做好自身防护的同时，更要尤为注意孩子的情况。

问题二：婴幼儿出现什么症状要立即就诊？

新型冠状病毒感染与普通感冒类似，会出现发热、四肢无力、干咳等症状。也有症状不明显病例，或者表现为其他系统症状，如消化系统、心血管系统、神经系统症状等，尤其是新生儿、婴幼儿症状可能不典型，一旦发现，病程进展快或已错过观察期。

新型冠状病毒感染与普通感冒最大区别为腹泻、呼吸逐渐变得困难，如呼吸过快或过慢、过深或过浅。当婴幼儿或新生儿出现张口呼吸、喘息、呻吟、鼻翼煽动（鼻孔一张一合）、点头呼吸等症状，甚至出现口唇、面色变色，呼吸三凹征时，应立即就诊。

问题三：哪些新生儿需要排查新型冠状病毒感染？

新生儿新型冠状病毒感染的可能途径有：母婴垂直传播、密切接触传播及飞沫传播（家庭成员间、家庭来访者）、医院内获得性感染。故对符合以下任一情况的需进行新生儿排查：一是孕产妇确诊或高度疑似感染；二是孕产妇密切接触的家人确诊或高度疑似感染；三是新生儿出生后家庭照护人员有确诊和高度疑似感染者。

母乳喂养应注意勤洗手、注意局部卫生。疑似产妇及未痊愈的确诊产妇不建议母乳喂养。对母亲确诊新型冠状病毒感染的情况，新生儿出生后应立即按病毒感染流程隔离观察两周，不喂母乳。

问题四：家长如何帮助孩子防护？及时正确隔离。

家里有疑似病例居家隔离的家长，没有条件和小孩分开的，尽量保证房间分开，疑似家长避免和儿童接触，在家需佩戴合适口罩（疑似家长在家不可佩戴有呼吸阀的防护口罩）。儿童也应正确佩戴合适口罩，有条件应优先选择儿童N95防病菌口罩，其次儿童外科口罩→儿童医用口罩→一次性口罩→儿童棉口罩，指导孩子正确使用口罩。

家庭日常防护。

不能适应戴口罩的小婴儿或新生儿，家长应该特别保护孩子。由于家长没有症状也有可能带菌者，家长应主动戴口罩，自己咳嗽或打喷嚏时，应用纸巾将口鼻完

全遮住（如果来不及用纸巾，应用手臂遮挡自己的口鼻，再彻底清洗手臂），并将用过的纸巾立刻扔进封闭式垃圾箱内、用流动水洗手。此外，做到不亲吻孩子，不对孩子呼气、喘气，不和孩子共嘴同一食物，不和孩子共餐具、饮具，不用嘴吹气的方式让食物变冷再喂食。

家长应尽量避免去人群密集的公共场所，外出规范佩戴口罩，从室外进门后立即更换衣服鞋子，正确处理口罩，彻底全身清洁后再接触小孩。

严格规范洗手。

督促小孩勤洗手，勤洗脸，不乱摸。避免小孩吃手、用手掏鼻孔、用手揉眼睛，告诉小孩手不要碰触公共区域的物体表面（尤其是电梯按钮等频繁碰触的表面）。饮食前、大小便后、接触不洁物体后要要及时洗手，教会孩子七步洗手法。

加强房间通风。

有条件的家庭每日应定时开启空气净化器或进行紫外线消毒等，条件限制的家庭每日每个房间轮流通风2~3次，每次开窗通风30分钟到1小时，房间通风时将孩子转移到其他房间，做好保暖措施，避免通风时孩子受凉。

家庭清洁消毒。

保持家庭环境卫生干净整洁，有条件的家庭可以每日用消毒酒精擦拭物体表面一次。家长使用的手机不要给孩子玩、看，手机、IPAD等电子产品每日需清洁消毒。孩子的玩具和学习、生活用品等能耐高温的可用消毒锅或开水煮沸消毒30分钟，不能耐高温的可选择酒精喷洒或放置在阳光下暴晒的方式消毒。保持地面清洁干燥，不要有潮湿的角落，避免病毒细菌滋生，如果家庭备有含氯消毒剂的84消毒液，可以按正确方法（84消毒液10ml+水990ml）进行配置后，每天拖地1~2次。对于外出买回的日用品有条件的家庭可以用消毒液进行二次消毒再使用。

适当活动和休息。

儿童在家休息时不可长时间看电视或玩电子产品，适当安排锻炼或活动，学龄期儿童不应影响学习，完成学校作业的同时可以和家长一起参与家庭清洁工作，婴幼儿的家长可以进行被动锻炼四肢方法。所有在家休息的儿童均应按休息，确保睡眠充足。

问题五：非常时期孩子怎么吃？

每天观察孩子大小便。保持大便通畅很重要。腹胀、腹泻、便秘等消化不良和肠道异常症状要提高警惕，小便的颜色、量、有无异味也要留意。

每日营养均衡。

保证营养充足，适当进食高蛋白食物、



新鲜洁净的蔬菜水果，年长儿童可增加口味丰富的坚果，青春期的青少年不要节食。此外，可根据实际情况适量补充维生素、矿物质和鱼肝油等。

所有食物要充分熟透后才能食用，荤素搭配应得当，不吃野生动物，应以清淡易消化饮食为主，不宜油腻大鱼大肉，以免饮食不健康导致腹泻引起不必要的恐慌。

适量多喝水。

尽量不饮用冷水，宜饮用温水，加快身体新陈代谢，同时适量增加奶制品（牛奶、酸奶）的饮用。

问题六：孩子与疑似病人接触了怎么办？

家长要做到不隐瞒，不

校园有措施 防控疫情，中小学要这样做

●做好物资储备
落实中小学校（幼儿园）主体责任，筹备疫情防控所需消毒剂、喷雾器、洗涤用品、口罩、测温枪、防护服等物资，改善本单位卫生基础设施条件。

●加强清洁消毒
做好日常卫生清洁消毒和通风换气工作，加强中央空调等设备的检查维护和日常清洁，按照消毒规范，做好教室、宿舍、食堂餐厅、运动场所、办公室、图书馆、卫生间等公共区域的日常消毒工作，做好清洁消毒工作记录和标识。

●排查传染风险
中小学校（幼儿园）在复课前要提前了解和掌握学生假期动向，对学生本人及家庭成员在最近14天内，是否赴重点疫区参加活动、探访亲友，是否接待和接触过从重点疫区回来的相关人员，是否近距离接触过有发热、咳嗽症状患者等情况进行排查摸底，建立管理台账。存在上述情形的可在复课前先居家隔离，排除感染隐患后再复课。从武汉等重点疫区返回或途经上述地区返回的学生可暂缓上课。

●开展远程教学
复课前，发挥“互联网+

要因为害怕而选择逃避，不要因为自己的疏忽害了自己和孩子。主动在家隔离观察14天，无症状可以解除隔离但尽量不要外出。儿童病情变化快，一旦有症状需立即就近医院儿科的发热门诊就诊。

此外，要防范小孩出现一些常见病，如鼻炎、咽炎、扁桃体炎、普通感冒、便秘、腹痛、腹泻等，减少去医院就诊机会，减少交叉感染该病毒的风险。在当前状况下，家长们要先调整好自己的心态，对目前的医疗水平要有战胜病魔的信心，不必过于担忧，避免将紧张的情绪传递给小孩造成他们的心理负担，大人和小孩正常安排生活作息，轻松面对，共渡难关。

网络”资源优势，引导师生、家长开设网络课堂。充分利用信息化教育资源，实行“一校一策、一班一案”，做好学生在家学习指导、作息安排和健康活动建议。

●加强控管
复课后，设置体温监测点，配备专职人员对所有入校人员检测体温，防控期间测温人员专责专岗，检测体温正常者方可进入学校。严控外来人员进入校园。

●处置规范
发现被测对象体温高于37.3℃者，采取就地隔离措施并做好登记，立即通知家长，并劝其到定点医疗机构就诊；对有疑似症状的（发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、乏力、肌肉酸痛等），通知家长并联系医务人员收治。建立应急预案，如本单位发现疑似或确诊病例，按程序落实相关防控措施，配合当地卫生健康部门开展流行病学调查。

●加强宣传教育
做好疫情防控宣传教育，宣传普及疫情相关防治知识，引导教职工和学生提高防范意识、了解防治知识，科学做好防护，积极参加体育锻炼，增强体质和免疫力，养成良好卫生习惯和健康生活方式。

（本报综合

