

国务院联防联控机制综合组日前决定在核酸检测基础上，增加抗原检测作为补充，群众可自行购买抗原检测试剂进行检测。增加抗原检测为何利于“早发现”？为何不能替代核酸检测？国家卫生健康委做出权威解读。



# 抗原检测 利于“早发现” 不能替代核酸检测

## 为何增加抗原检测？ 有利于“早发现”

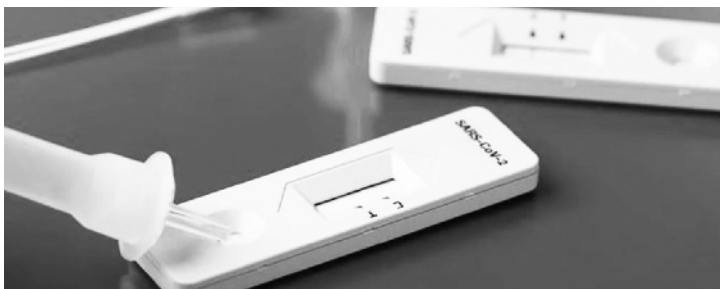
国家卫生健康委临床检验中心副主任李金明介绍，新冠病毒主要有4种结构蛋白，通常采用表达量大的N蛋白，作为抗原检测的靶标。相比核酸检测，抗原检测的速度更快，操作更便捷，部分试剂15分钟可出结果。

“更快、更准进行疫情防控，需要增加抗原检测作为补充。”李金明说，隔离观察人员，包括居家隔离观察、密接和次密接、入境隔离观察、封控区和管控区内的人员，足不出户就可通过每天一次的抗原检测，在大大节省人力物力的同时，尽快找出感染者。

根据《新冠病毒抗原检测应用方案（试行）》，抗原阳性结果可用于对疑似人群的早期分流和快速管理，但不作为新冠病毒感染的确诊依据。“抗原检测一旦阳性，应及时再去做核酸检测确认，也就是‘抗原筛查、核酸诊断’，有利于做到‘早发现’，提高监测预警灵敏度。”李金明说。

## 为何不能替代核酸检测？ 或出现漏检误检

根据最新方案，核酸检测依然是新冠病毒感染的确诊依据。



抗原检测作为补充手段，并不能替代核酸检测。

究其原因，是抗原检测的灵敏度相对较低，通常只有当感染者处于急性感染期，即体内的病毒载量处于较高水平时，抗原检测产品才能检测到。

李金明介绍，相比核酸检测，抗原检测由于没有扩增过程，导致敏感性较差。通俗来讲，是缩短了出结果的时间，但增加了“假阴性”的风险。“尤其是感染时间较长、病毒载量变低的情况下，可能出现漏检。”

此外，抗原检测的特异性也弱于核酸检测，即更容易出现“假阳性”的误检。“在疫情低流行率的人群中，甚至可能出现‘假阳性’人数远超‘真阳性’人数的情况。”李金明说，这也是我国坚持以核酸检测为新冠病毒感染确诊依据的重要原因。

根据上述方案，基层医疗卫

生机构具有核酸检测能力的，应当首选核酸检测；不具备核酸检测能力的，可以进行抗原检测。

## 哪些人群适用？ 有望筛出无症状感染者

根据方案，社区居民有自我检测需求的，可通过零售药店、网络销售平台等渠道，自行购买抗原检测试剂进行自测。

抗原检测适用人群还有：到基层医疗卫生机构就诊，伴有呼吸道、发热等症状且出现症状5天以内的人员；隔离观察人员，包括居家隔离观察、密接和次密接、入境隔离观察、封控区和管控区内的人员。

当前疫情出现较多无症状感染者，能否通过抗原检测筛查出来？

李金明认为，从现有数据看，奥密克戎变异株的感染者有

较大部分呈现无症状，但并不代表其病毒载量低。相反，有研究显示，部分无症状感染者咽部的病毒载量相当高。

“如果是隔离观察人员中的感染者，每天一次持续进行抗原检测，有很大概率可以检测出来。”李金明说，但即便抗原检测呈阳性，仍需通过核酸检测进行确认。

## 抗原自测阳性怎么办？ 应及时向社区报告

李金明介绍，根据方案，抗原自测阳性的人员，不论是否有呼吸道、发热等症状，应立即向所在社区（村镇）报告，由社区（村镇）联系急救中心按照新冠肺炎疫情影响相关人员转运工作指南，将居民转运至设置发热门诊的医疗机构，进行核酸检测。

同时，阳性人员使用后的采样拭子、采样管、检测卡等装入密封袋一并转运至医疗机构作为医疗废物处置。

对于抗原自测阴性但又有症状的人员，根据方案，建议尽快前往设置发热门诊的医疗机构就诊，进行核酸检测。“如不便就诊，则应当居家自我隔离，避免外出活动，连续5天每天进行一次抗原自测。”李金明说。

（新华）

## 【健康红绿灯】

### 绿灯

#### 内裤最好选浅色



研究发现，深色内裤使用染料多，所含化学物质像“大杂烩”，更容易造成接触性过敏。女性最好穿白色棉质内裤，如果患上妇科疾病，分泌物异常等可以一目了然。有些人喜欢蕾丝材质，在购买时要选择裆部为纯棉的。

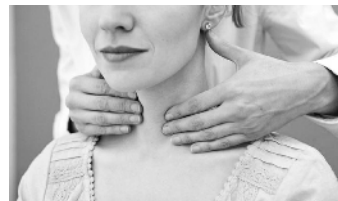
#### 双肩包背带有个最佳长度



双肩包的肩带过长，会让背包后坠，肩膀要用更大的力气才能保证背包稳定，令斜方肌受压；如果不扣胸带、腰带来分摊重量，易增加脊柱及背部肌肉的负担。包带长度应使包底与腰部持平，或将包保持在后背肌肉最强壮的中部。背包时尽量拉紧背包带，防止包滑落到背部以下。

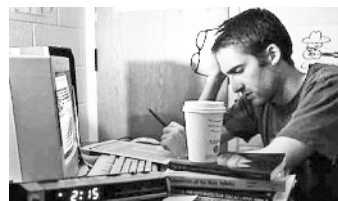
### 红灯

#### 甲状腺结节不是气出来的



很多人认为，甲状腺结节是气出来的。事实正好相反，不是爱生气的人容易长结节，而是甲状腺出了问题，人才可能变得爱生气。通常来说，甲状腺结节男性发生率明显低于女性，这是由于月经、妊娠、哺乳等时期影响。如果发现自己或家人近来性格突然暴躁等，建议及时检查甲状腺功能。

#### 超过23点就算晚睡



熬夜并不代表你是凌晨1点睡还是凌晨3点睡，只要每天不在相对固定的某个时间点睡觉，就会对静息心率产生影响，也就相当于熬夜。如果一定要说个具体的时间点，从生物节律和内分泌角度看，一般认为超过23点睡觉就算熬夜了。人体自我修复活动大多在凌晨3点前进行，所以23点-凌晨3点这段时间的睡眠质量尤为关键。

·广告·

丰台区市场监管局

## “四个结合”织密疫情防控网

为持续做好新冠肺炎疫情防控工作，保障人民群众健康安全。丰台区市场监管局太平桥街道市场所依托大数据监管平台，实施精细化监管，精准化服务，通过“四个结合”工作机制，实现了疫情防控监管与服务规范相统一的良好工作局面。

**线上与线下相结合** 通过“地毯式”摸排，建立各类经营主体台账，建立完善市场监管领域大数据库，线上通过微信群，进一步加强疫情防控工作要求；线下确保每日巡查到位，做好巡查记录，执法人员配备两台广播设备，“沉浸式”宣传提升防控意识。

**教育与处罚相结合** 时刻督促各类经营主体慎终如始落实各项疫情防控措施，加大冷链行业监管频次，结合相关法律法规和

当前疫情防控形势，对发现的疫情防控存在漏洞和疏忽的经营主体，加强对违法行为人的思想教育，促使其对疫情防控工作高度重视，达到警示效果。

**共性问题与个性问题相结合** 规范人员日常管理、环境消杀、进货来源及索证索票、进店人员登记及扫码等常态化措施；将人员核酸检测、疫苗接种情况作为重点督查项目，落实疫情防控各项要求。与各商户和市场签订《疫情防控双向责任书》，对防控落实不到位的，予以停业整顿，责令限期整改。

**回头看与督查相结合** 通过明察暗访、面上督导与线上抽查相结合的方式，围绕重点企业、重点行业开展“回头看”检查，做到日日查、全覆盖，有效推动各项防控措施落地落实。（林晨）

## 春季阳气萌动 宜夜卧早起

春季阳气萌动，生发的阳气对全年的健康活动起着至关重要的作用。春季养生必须掌握春令之气生发舒畅的特点，保护体内的阳气，使之不断充沛、旺盛，凡有耗伤阳气及阻碍阳气的行为皆应避免。

### 适当春捂 避免伤阳气

初春乍暖还寒，气温时有变化，过早地脱掉厚衣，一旦气温下降，身体难以适应，会使身体抵抗力下降。春季衣服不要减得太快，需要一些保暖的衣服来帮助抵御寒邪，保护阳气。穿衣也不能裹得太紧，否则会阻滞身体气血的运行，限制身体的舒展，不利于阳气的生发。

日夜温差大于8℃是该捂的信号，15℃可以视为不捂的临界温度。老人、小孩或体质偏寒者可多捂几天，而体热的人则可以少捂几天。

### 多动少坐 赶走坏情绪

春天阳气最是活跃，如果不爱动，或者工作太忙太累，没有时间和精力运动，会间接影响情绪和身体。

春天健康的关键是能“动”勿“静”，行动起来，不要久坐。在春季，应该进行适当的运动，有助阳气生发，如散步、慢跑、做体操、打太极拳等体育活动。在舒展筋骨、放松身体的同时，通过与大自然亲密接触，有利于人体阳气的生发，促进气血运行。

### 晚睡早起 不会没精神

根据《黄帝内经》的说法，春季起居宜“夜卧早起”，入睡可以较冬季稍晚，但尽量在晚上11点之前入睡。早晨则可适当早起，进行户外散步，使人阳气升发、肝气疏泄，从而激发精神与活力。（张倩怡）