



# “通”心抗疫志愿帮扶平台收到的65条在线求助信息已全部办结 为困难群众撑起一把“保护伞”

**晚报讯** “家里消毒酒精没有了,能否帮忙代买?”“孩子感冒引起中耳炎,可否帮忙买一盒消炎药。”……从10日上午至20日上午9时,“通”心抗疫志愿帮扶平台共收到在线求助信息65条。目前,所有求助信息已全部办结。

据了解,“通”心抗疫志愿帮扶平台由市民政局、中共南通市社会组织综合委员会和南通市社会组织服务中心联合搭建,旨在为南通市范围内因疫情影响居家隔离的单独居住低保对象、分散供养特困人员、重度残疾人、

高龄和失能空巢独居老年人、孤儿和困境儿童等重点对象提供求助信息反馈平台,并积极链接社会资源满足需求,助力顺利渡过难关。有需要的群众均可在线进行求助信息登记。

“我们会第一时间对平台求助信息进行汇总、筛选、核实,根据求助需求的轻重缓急进行分类标注,并以小组形式分工处理。”市社会组织服务指导中心主任范小丽表示,从目前的求助信息来看,求医问药类型的求助需求最多,主要是因为求助者不了解疫情下的求医政策。“除了定期更新公布政府相关政策信息,指导求助者

依据最新政策解决就医难题外,我们也会积极对接社区,依托社区力量和社区社会组织提供及时救助。”

同时,市社会组织服务指导中心积极链接资源,91家纺网、南通市社会工作协会、南通爱德社会工作发展中心近20家社会组织已报名成为储备力量,踊跃参与帮扶工作,共同协助特殊困难群体解决问题。“目前求助信息已经全部联系,并成功解决,后续也将安排志愿者进行回访调查问题解决情况,力求满足求助者诉求,做好战‘疫’坚强后盾。”范小丽说。

记者**龚秋瑾**

## “场所码”新变化 三合一更方便

出示个人健康状态、行程卡、72小时核酸证明,今起试运行

**晚报讯** 昨天,“好通码”官方运营发布消息,为方便市民使用,南通“好通码”升级迈入3.0版本,通过“好通码”小程序扫描“场所二维码”,可实现个人健康状态、行程卡、72小时核酸证明三合一出示,该功能自今日起试运行。

根据疫情防控政策要求,自3月30日起,我市全

面推广使用“场所二维码”,个人进入公共场所可通过“好通码”微信小程序,扫描场所对应的“场所二维码”通行。此次升级,实现扫码后个人苏康码、行程卡、72小时核酸检测报告的三合一出示,减少市民在不同App之间来回切换,提高使用便捷度。

需要提醒的是,首次使用“好通码”微信小程序需输入姓

名、身份证号码、手机号等信息,通过实名认证后通过小程序页面底部的“扫一扫”功能,扫描对应场所的“场所二维码”即可三合一出示。扫描“场所二维码”后如显示“行程未核验”,则表明市民本人的苏康码下的国务院行程卡未点击核验,建议市民在出门前在苏康码中核验行程卡,一天一次即可。

记者**张亮**

## 宝宝疫苗接种延迟怎么办

崇川疾控中心提醒:不会影响其入托入学

**晚报讯** 近期,我市一些小区被纳入封控区或管控区,居民不能外出。家中的孩子不能按时接种疫苗怎么办?19日,崇川区疾控中心发布健康提醒:疫情防控期间,为避免人群聚集而造成疫情传播的风险,该区儿童预防接种工作采取分时段精准预约的模式,严格控制门诊人流量,各儿童预防接种门诊会通过发送短信的方式通知儿童家长,收到短信的家长凭短信在规定的时段按照要求前往预防接种门诊。后期将视疫情形势动态调整预防接种门诊安排。

对于广大家长关心的“宝宝原定的疫苗接种日期快到了,又没接到通知,怎么办”问题,崇川区疾控中心表示,原则上,免疫规划疫苗优先安排,家长至门诊后可自愿选择免疫规划疫苗或可替代类的非免疫规划疫苗进行接种;有时效性的疫苗、已开针的非免疫规划疫苗后续针次也会优先安排。特殊时期,各门诊会通过增加门诊日、延长服务时

间等措施尽快为宝贝们提供接种服务,所以暂未收到短信的家长请耐心等待,也可打电话到各门诊进行咨询。儿童预防接种单位查询途径如下:关注“崇川疾控”微信公众号,点击菜单栏“健康服务”一“疫苗接种咨询”。

那么,疫苗推迟接种对疫苗效果有影响吗?疾控专家表示,接种程序中所规定的推荐接种年龄,在大部分情况下并不局限在某一天,或是某个预约日期,而是在某个时间范围内。接种门诊提供的预约日期一般是基于接种程序、接种时间间隔要求及门诊的开诊时间,由信息系统自动判断得到的最早接种日期。因此,即便晚于这个日期,但仍属于推荐接种年龄的范围,不会影响疫苗整体的、长久的保护效果(抗体水平和持久性)。有的疫苗需要接种多剂次,部分剂次适当延后接种,并不会减弱疫苗的保护效果。所以,如果只是推迟几周,家长也不用担心影响疫苗的保护效果。

如果宝宝超龄不能接种,会影响以后上学吗?这一点,

也无须担心。对于未完成国家免疫规划疫苗的儿童,国家规定,接种单位可为需补种疫苗的儿童提供疫苗补种服务(卡介苗4周岁后不予补种),不会影响入托入学。

崇川区疾控中心特别提醒,疫情期间,如果家长接到孩子接种疫苗的通知,带娃前往接种时应做好相关防护。首先,提前确认宝宝身体状况,若有身体不适,不确定是否可以接种疫苗,请提前电话咨询各门诊;为避免人员聚集,无特殊情况下,一名儿童由一名家长陪同,按照预约时间段前往,如不按约定时间段前往,则按爽约处理,可能会影响宝宝接种;全程佩戴口罩,陪同的家长准备好行程码、苏康码、48小时内核酸报告;配合做好测温、查码、登记工作,严格保持一米线距离,留观区间隔就座等,听从现场工作人员的安排;若家长、儿童仍在管控区、封控区内的,或家长行程码上有南通市外行程轨迹的一律暂缓接种,请向门诊说明情况,改约时间。

记者**冯启榕**

## 市心理咨询中心 今起全面恢复诊疗

戴口罩、持“两码”和核酸报告进门诊

**晚报讯** 为全力保障市民身心健康,南通市第四人民医院根据当前疫情防控形势,并经充分准备,决定于今日起,南通市心理咨询中心全面恢复诊疗。

为坚决快速阻断疫情传播链条,根据市疫情防控2022年第37号通告要求,从4月7日起,南通市心理咨询中心暂停接诊。同时,为做好疫情防控的社会心理服务工作,向市民提供心理支持、心理疏导等服务,预防与减轻疫情所致的心理困扰,该中心在停诊期间安排资深心理医生,全天候24小时接听3条心理

援助热线,为全市群众提供免费心理援助服务,产生了良好的社会反响。

在此,市心理咨询中心提醒:从今天起,市民进入该中心需全程正确佩戴口罩,持当日“苏康码”“行程码”和48小时内核酸报告,保持2米距离排队进入门诊,主动配合测温、流行病学调查及预检分诊等。无智能手机的老年人或其他无健康码、行程码的患者应携带身份证或医保卡,配合医务人员认真填写《预检分诊操作表》。

记者**冯启榕**

## 返岗后总忍不住“刷新闻”

专家支招:进行身心调适,提高自身心理免疫力

**晚报讯** 近期,随着疫情的好转,不少企事业单位的工作人员纷纷返岗。然而,或许是惯性使然,不少上班族在工作期间总是忍不住“刷新闻”,时刻关注疫情,导致注意力不集中。昨天,南通四院精神心理科专家提醒:返岗人员应及时进行身心调适,提高自身心理免疫力,从而更高效地投入到工作中去。

专家指出,疫情期间,我们都会比往常更加关注疫情相关的新闻,这是正常的。但如果因为“刷新闻”影响到日常的工作与生活,则需要及时作出一些改变。首先,回归到疫情之前原有的规律生活作息,尝试列出每天的工作计划清单,并根据清单合理安排时间;同时,逐渐尝试减少“刷手机”的频率,例如今天看一小时的疫情新闻,明天减少到50分钟、40分钟、30分钟……循序渐进,逐渐减少到不影响工作和生活的时间范围;此外,在纷繁的疫情新闻中选择政府部门公布的官方消息,不要轻易相信未经核实的信息,也需要给自己设置一个关注的频率,适时轻视一下。

面对新冠肺炎疫情多点散发,南通有市民经历了封

控和管控,目前有一部分人仍在居家办公。对于已经解封、可以返岗的人员,专家建议,要学习疾病防控知识,做好个人防护,避免过度焦虑;返岗者要积极适应工作模式,在工作场所要严格执行相关防疫要求。对于远程办公的人员,应尽快学习和适应线上的工作方法,要与同事领导之间加强沟通和磨合,降低工作方式改变带来的焦虑和紧张;专家还建议居家办公人员可以通过有仪式感的方式划分工作与生活的边界,如准时起床、穿戴整齐,找到一个尽量安静的地方工作,清晰区分上下班等等。

无论返岗人员还是居家办公人员,在工作过程中,都应尽量避免接触疫情信息导致分神的内容,执行关键任务时,应杜绝无关信息,确保注意力聚焦在工作中。南通四院提醒:疫情之下,市民应学会觉察自己的身心状态,若出现过度疲劳或身边有确诊、疑似患者、医学观察人员,应及时向领导汇报或同事求助,请求换岗或休息;另一方面,如过度焦虑,可通过拨打南通市24小时心理防疫免费热线或咨询专业人士等方式寻求专业帮助。若自身有可疑肺炎症状,请及时就医。

通讯员**朱小平 钱晨城**  
记者**冯启榕**