

“感冒了,浑身无力。”“是新毒株出现了吗?”近段时间,不少市民反映自己反复感冒。对此,市疾控中心发布健康提示:目前,我市已进入流感高发季,其中以甲型流感病毒H1N1亚型优势流行。流感的症状、体征易与普通感冒和其他上呼吸道感染疾病相混淆,市民要提高对流感的认识和重视,采取综合措施保护自己和他人免受流感的侵害。

■记者 杨天娇 特约记者 黄卉

流感进入高发季

专家提醒:接种疫苗和自我防护都很重要



图据新华社

我市进入流感高发季

流行性感冒,是一种由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。我市流感的流行期主要是12月至次年3月。“根据哨点监测显示,目前我市急性呼吸道传染病总体呈上升趋势,不同病原体导致感染的走势存在差异,像前段时间流行的鼻病毒感染呈现下降趋势,流感已进入冬春季季节性流行,流感疫情近期上升趋势明显,当前我市以甲型流感病毒H1N1亚型优势流行。”市疾控中心急性传染病预防控制科医师邓艳在接受记者采访时说道。

流感的抗原性易变,传播迅速,主要通过空气中的飞沫、人与人之间的接触或与被污染物品的接触传播,具有波及面广、危害严重等特征。“其中,甲型流感病毒最常见且致病性最强,对人群普遍易感,在冬春季发病率较高,尤其是儿童、老年人、孕妇和身体免疫力较差的人更容易感染。”邓艳表示。

流感不是普通感冒,但其症状、体征易与普通感冒和其他上呼吸道感染疾病相混淆。

普通感冒由鼻病毒、副流感病毒、普通冠状病毒感染引起,主要症状是打喷嚏、咽痛、咳嗽、低

热,通常症状轻微而且多数能够自行恢复。

流感由流感病毒感染引起,起病急,症状比普通感冒重,主要症状是出现迅速高热,体温可达39℃至40℃,伴畏寒、寒战,退热后间隔4

流感有别于普通感冒

热,通常症状轻微而且多数能够自行恢复。

流感由流感病毒感染引起,起病急,症状比普通感冒重,主要症状是出现迅速高热,体温可达39℃至40℃,伴畏寒、寒战,退热后间隔4

小时至6小时再次高热,常伴有全身不适表现,如头痛、肌肉和关节酸痛、极度乏力、食欲减退等全身症状,也会有咽痛、咳嗽、鼻塞、流涕等,也可能有呕吐、腹泻等症状。部分患者症状轻微或无症状。

如何有效预防流感?

食,适量运动,充足休息,提高自身抗病能力;如出现流感样症状(体温≥38℃,有咳嗽或咽喉疼痛)时,要佩戴口罩,避免带病上学或上班,居家治疗,视情况及时就近就医。

此外,接种流感疫苗是预防流感最经济有效的手段,还可以有效降低受种者罹患流感和发生严重并发症的风险。“根据《中国流感疫苗预防接种技术指南》的建议:所

有达到或超过6月龄且无接种禁忌的人均应接种流感疫苗,尤其是老年人、儿童、孕妇、慢性病患者以及医护人员等重点人群应及时尽早接种。”市疾控中心免疫预防科医师柯翠建议,接种疫苗后产生的保护性抗体一般可持续6到8个月,且会随着时间推移而逐渐减弱。所以,每年都接种疫苗,才能获得持续的免疫力。

人偏肺病毒容易引发呼吸道感染

主要通过飞沫传播,可能反复感染

症状差异性不大 喘得厉害、容易造成肺炎

“中国疾病预防控制中心近日发布全国呼吸道传染病监测情况,急性呼吸道传染病呈现持续上升趋势。其中,南方省份门诊中,人偏肺病毒占据高发榜的第三位。

我国一项基于九省份长达13年的研究结果显示,5岁以下儿童是人偏肺病毒主要发病人群。

■据《都市快报》

浙江大学医学院附属儿童医院呼吸内科主任医师徐迎春告诉记者,最近一段时间,该院呼吸科病房的孩子做了检测后,有1/4感染了人偏肺病毒。

“上周,我在门诊接到一个1岁半的小女孩,发烧、咳嗽了四五天,喘得很厉害,家里人担心带来医院做检查。CT查出来是肺炎,出现了明显的间质性表现,因为是轻症肺炎,就没让孩子住院。后来做了呼吸道13项病原体检测,发现是人偏肺病毒感染。”徐迎春说,目前孩子通过雾化以及对症治疗后,有了明显好转。

“门诊人偏肺病毒的检出率较低,主要是因为检测价格较高,加上第二天才出结果。如果孩子症状不是很严重,很多家长就不让孩子做这个检测了。”徐迎春说。

人偏肺病毒最明显的病症表现是什么?徐迎春说,感染人偏肺病毒后的症状和其他呼吸道病毒的差异性不大,主要就是咳嗽、发烧、气喘。最主要的差异就是做肺部CT后明显可见一些弥漫性的改变以及间质性变化,少部分会伴有小结节状的类支原体肺炎的影像变化,严重的甚至会出现重症肺炎。

不是新病毒,60年前就有 冬春季是高发期

徐迎春介绍,人偏肺病毒与呼吸道合胞病毒同属肺病毒科,是一种有包膜的单链负链RNA病毒,共有4个亚基因型(A1、A2、B1、B2)。不同亚型的病症表现不一样,所以有的孩子感染后是轻症,有的孩子感染后是重症。当然这和孩子自身的免疫力以及是否过敏体质也有很大关联。

人偏肺病毒感染普遍存在且具有季节性,在冬季和春季传播最为活跃。在呼吸道疾病高发季,人偏肺病毒、呼吸道合胞病毒和流感可以同时流行。

人偏肺病毒,其实并不“新”了。早在2001年,荷兰学者就首次报道发现,人偏肺病毒导致呼吸道感染的历史已有至少60年,且存在于世界各地。近年来,随着医疗水平的进步和病毒检测方法改进,临床上人偏肺病毒的检出率大幅度提升。

重症比例不高 一般一两周就会好转

不少家长可能会担心孩子感染上人偏肺病毒后,是否会存在重症的风险。徐迎春说,一般出现重症的孩子年龄较小或存在一些基础病,比如先天性心脏病或肺发育不良。

“一般来说,大部分患儿感染人偏肺病毒之后的症状还是比较轻的,通过1-2周的对症治疗及休养,能够有所好转。”徐迎春说,也有部分人群可能出现毛细支气管炎、哮喘发作、重度肺炎、脑炎、急性呼吸窘迫综合征等重症表现,这部分人不多。

徐迎春提醒,如果孩子出现明显气急、持续高烧不退,且不明是哪种病毒感染,建议及时来医院就诊,避免延误病情,出现重症肺炎。

可能会反复感染 勤洗手戴口罩可预防

值得注意的是,孩子可能会同时感染上人偏肺病毒、呼吸道合胞病毒以及其他病毒,且人偏肺病毒的免疫保护时间较短,可能会反复感染,所以对病毒的预防不可掉以轻心。

徐迎春提到,人偏肺病毒主要通过飞沫以及接触传播。孩子很容易在接触被污染的物体(如门把手、手机、玩具等)后,再摸自己的眼睛、鼻子或嘴巴,导致病毒进入体内。

如何预防?勤洗手,保证皂液停留在手上20秒以上,避免未洗手直接接触眼口鼻;尽量避免带孩子去人群聚集或空间密闭的场所,如果实在难以避免,一定要戴好口罩;每天定时开窗通风,保持室内空气通畅;均衡饮食、保证充足睡眠,提高免疫力。