



向阳花开 追光而行

同学们,把这些知识告诉家长

莫因流感引发意外!

谨记“四要点”

日前,因流感引发意外的事件引起社会关注。常见的流感为什么会造成严重后果?如何最大程度防范风险?同学们,把医学专家给出解读和建议告诉家长吧。



要点一:高危人群要警惕

多位医生告诉记者,不同于普通感冒,流感的传染性强,可能导致原有基础疾病加重,并引起肺炎、心肌炎、神经系统损伤等并发症。

因此,医学上认为孕妇、儿童、老年人以及有慢性基础疾病或免疫力低下的人群属于流感高危人群,感染后更容易引发

重症,需要格外警惕。这些人群在流感流行期出门可戴口罩,尽量少去商场或集市等人多拥挤、空气不流通的地方。

中国疾控中心病毒病所研究员陈操表示,我国流感流行期大多是在每年11月到次年2月或3月。在流感流行期,家庭和公共场所应做好清洁、消毒,家中如

有高龄老人或免疫功能低下的患者,应注意防止将病毒带回家。

如何判断得了流感还是普通感冒?北京佑安医院主任医师李侗曾表示,流感症状更重、起病更急,往往是38.5℃以上的发热,除了咳嗽咽痛以外,还会有明显的全身症状,如头痛、肌肉酸痛、特别乏力等。

要点二:症状严重快就医

李侗曾表示,得了流感,并不都需要去医院,症状较轻的居家隔离即可,使用一些解热镇痛、祛痰止咳的药物,一般7天左右可以康复。但如果出现39℃以上的高热、使用退热药物效果不佳,或有剧烈咳嗽、呼吸急促、胸闷、憋气等严重症状,或出现剧烈头痛、频繁

呕吐、意识模糊,需要及时就医。

北京医院主任医师李晶表示,老年人等高危人群如果得了流感,也不用慌张。若症状较轻微,只有咽痛、咳嗽、流鼻涕等,可先在家中休息,适当多喝水,清淡饮食,用一些药物缓解症状。一旦出现高热不退、大量浓痰、呼吸困难、

精神不振等严重症状,那么一定要抓紧时间到医院就诊,以免贻误病情。

中日友好医院主任医师陈文慧提醒,还要警惕继发感染。有的患者症状已经好转,但再次出现发烧、痰量增多、痰色变化等现象,此时应及时就医。

要点三:对症用药很重要

陈文慧介绍,流感属于病毒感染,在48小时之内服用特异抗病毒药,可以起到很好的治疗效果。同时,注意科学的支持治疗,包括合理饮食、注意休息等,

能帮助加快康复。

中国疾控中心传染病处研究员王丽萍介绍,耐药性分析结果显示,目前流行的流感病毒对于抗病毒药物是敏感的,

药物治疗是有效的。

李侗曾提醒,流感不是细菌感染,抗生素对其无效。居家休息隔离期间,要注意合理用药,避免滥用抗生素。

要点四:每年可接种疫苗

医学专家公认,预防流感最有效、最经济的手段就是接种流感疫苗。虽然接种了疫苗不等于一定不得流感,但可以显著降低发病和发生严重并发症的风险。

由于流感病毒流行株每年发生变异,疫苗也需随之变化。王丽萍介绍,根据相关监测和研究分析结果,我国当前接种的流感疫苗与流行的甲型H1N1亚

型病毒株匹配度良好,疫苗接种有效,建议所有6月龄以上、没有疫苗接种禁忌的人群,每年都接种流感疫苗。

据了解,流感疫苗接种单位常设在社区卫生服务中心、乡镇卫生院或综合医院。卫生健康、疾控部门会公布辖区接种单位名单,公众可就近、就便前往接种。

中国疾控中心病毒病所研究员王大

燕表示,疫苗接种后通常需要一定时间来产生具有足够保护水平的抗体,因此,一般建议大家在流感流行期来临前1到2个月,即9月、10月前后接种流感疫苗。

“但对每个个体而言,只要还没有感染,就可以通过接种流感疫苗来预防流感、减少感染、减轻症状、缩短病程、显著降低发展为重症甚至死亡的风险。”王大燕说。

(来源:新华社)

