

小怪兽
H3N2

儿科候诊室里,咳嗽声此起彼伏,六岁的康康靠在妈妈怀里,小脸烧得通红,体温计显示39℃。“孩子昨晚突然高烧,吃了退烧药效果也不好,还开始呕吐。”12月2日上午,在济宁市第一人民医院东院区儿科门诊,康康妈妈忧心忡忡地告诉记者。

市疾病预防控制中心近日发布12月份健康提醒:入冬后气温大幅降低,呼吸道传染病进入季节性高发期,呈现多种呼吸道传染病叠加态势。老年人、儿童、有基础疾病等人群因抵抗力相对较低,更易受到各类病毒、细菌的侵扰,应当予以重视。

(济宁晚报全媒体记者 苏茜茜)

中小学、幼儿园进入“多病同防”期

儿科门诊接诊量攀升,多为高热、咳嗽

现象:输液室里坐满了孩子

连日来,记者走访城区多家医院发现,儿科门诊就诊人数显著增加,候诊区挤满了带着孩子的家长。像康康这样突发高烧且退烧困难的患儿不在少数,症状多为高热、咳嗽、精神萎靡。

“近期儿科门诊日均接诊量增长明显,发热患儿占比较高。”市一院儿科医生告诉记者,冬季是呼吸道传染病高发季,儿童因免疫系统尚未发育完善,同时在学校等人员密集环境中交叉感染风险高,更容易感染并传播这类疾病。

康康妈妈告诉记者,最近孩子身边已有多名玩伴先后出现类似症状。“前几天在社区医院看到输液室里坐满了孩子,没想到康康这么快也中招了。”

另一位陪同孩子就诊的家长张女士告诉记者,孩子所在班级近期因病请假的情况明显增多,“班主任连续几天在家长群发布健康提醒,督促大家注意防护,有症状及时就医。”

多读一点

流感为啥“专盯”儿童?

据济宁市疾病预防控制中心工作人员介绍,流行性感冒简称流感,是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。以空气飞沫传播为主,也可通过口腔、鼻腔等黏膜直接或间接接触传播。起病急,发热,体温可达39℃至40℃,多伴头痛、肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等全身症状。60岁以上老人、5岁以下儿童、患有基础性疾病人群及孕妇等群体感染后出现肺炎等并发症的风险较高。

为何儿童更易“中招”?济宁市第一人民医院儿科医生解释,流感病毒传播力强,而儿童因免疫系统尚未成熟、处于人员密集的校园环境、对当前流行的病毒型别缺乏足够免疫力等原因,更易受到侵袭。

现在接种流感疫苗是否来得及?

市疾病预防控制中心在12月份健康提醒中明确指出,接种流感疫苗是预防流感最有效的手段。对于“现在接种是否来得及”这个问题,答案是肯定的。

专家表示,虽然每年9至10月是接种流感疫苗的最佳时机,但若错过这个时间段,整个流感流行季仍可接种,接种后2至4周即可产生保护性抗体。因此,6月龄以上所有无禁忌症者,尤其是儿童、老人、慢性病患者等重点人群,应尽早接种。

针对“为何需要每年接种”的疑问,这主要基于两个科学原因。第一,流感疫苗的保护效力并非永久,接种后产生的抗体通常可维持6至9个月,之后会显著下降。第二,流感病毒易变异,每年的流行毒株可能不同。世界卫生组织会根据全球监测数据预测新一年的流行毒株并更新疫苗组分。正如中国疾病预防控制中心最新发布的指南所明确,与上一年度相比,2025—2026年度的流感疫苗已对当前主要流行的甲型H3N2病毒亚型组分进行了更换,使得保护更具针对性。

什么情况不能接种流感疫苗?

不建议在急性感染发病期接种流感疫苗,需等症状消失,身体基本恢复后再去接种。部分基础性疾病患者感染后可能身体比较虚弱,需先咨询医生,综合评估自身身体状况后选择合适的接种时间。

专家特别提醒,对于病毒引起的感染,抗生素类药物是无效的。一感冒就吃消炎药的做法并不科学。日常生活中人们常说的“消炎药”,如阿莫西林、头孢、左氧氟沙星等都是抗菌药物。感冒多以病毒感染为主,应以休息、补水和对症治疗为主,明确细菌感染时,要在医生的指导下进行抗菌治疗。

晚报帮问

冬季需警惕哪些传染病?

市疾病预防控制中心提醒市民,12月份除了重点关注流行性感冒,还要注意流行性腮腺炎等呼吸道传染病以及诺如病毒感染性腹泻、手足口病等肠道传染病。学校、托幼机构等人员聚集场所要注意防范聚集性疫情的发生。

在呼吸道传染病预防方面,接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,6月龄以上所有无禁忌症者均可接种,尤其儿童、老人、慢性病患者等重点人群应尽早完成接种。对于流行性腮腺炎,除了保持良好卫生习惯,建议适龄儿童及时接种麻腮风疫苗,避免与患者密切接触,集体场所如出现病例应早隔离、早报告。

在肠道传染病预防方面,诺如病毒感染性腹泻主要通过粪口途径传播,应注意勤洗手、不喝生水、食物彻底加热,环境表面定期消毒;手足口病多见于婴幼儿,及时接种肠道病毒71型(EV71)灭活疫苗。家长和托幼机构需注意儿童手卫生,玩具、餐具等物品经常清洁消毒。

日常应养成良好的卫生习惯:勤洗手,勤晒衣被,常通风,根据天气变化及时增减衣物,乘坐公共交通工具建议佩戴口罩,咳嗽或打喷嚏时使用纸巾或屈肘遮掩口鼻。同时,要养成健康生活方式:适当摄入优质蛋白质和富含维生素的食物,避免久坐和熬夜,保证睡眠充足,增强自身免疫力。

新闻1+1



预防流感从娃娃做起

“咳嗽时要捂住嘴巴。”“洗手要用七步洗手法。”近日,金乡县高河街道幼儿园的教室里格外热闹,来自金乡县第二人民医院的医护人员化身“医生老师”,为孩子们带来了一堂别开生面的健康知识课。

“甲流病毒就像个小怪兽,学会正确的方法,我们就能打败它!”医护人员用孩子们喜爱的语言和形象的比喻,围绕“多吃蔬菜”“睡觉很重要”等贴近孩子日常生活的话题展开讲解。

(济宁晚报全媒体记者 苏茜茜 通讯员 代浏斐)