

夏季流感来袭 儿童容易中招

医生提醒:早发现早治疗 做好预防工作

本报记者 张再行



近期,我国南方福建、广东、江西等多个省份发出了流感预警,我市报告流感发病数及暴发疫情数也有上升趋势,医院因发热、咳嗽、咽喉痛等症状就诊人数不断增加,提示当前我市已进入流感夏季高发期。

流感是由流感病毒引起的一种急性传染性疾病,流感进入高发期时,孩子们随时都有可能“中招”。如何让孩子远离流感?记者就此进行了采访。

婴幼儿更容易被流感“盯上”

据了解,流感患者和隐性感染者是流感的主要传染

源,流感病毒主要通过打喷嚏和咳嗽等飞沫传播,也可经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播,从潜伏期末到急性期都有传染性。病毒在人体呼吸道分泌物中一般持续排毒3~6天,婴幼儿、免疫功能受损的患者排毒时间可超过1周。

孩子不仅是流感的易感人群,也是重症流感的高危人群,5岁以下的孩子尤其是2岁以下的孩子较易发展成重症。而存在基础疾病的孩子,如哮喘、肾病、恶性肿瘤、免疫功能低下、肥胖等,也是易患流感并且容易出现严重并发症的高危人群。这些孩子的家长应高度重视,如发现孩子有异常情况应及时就医,在医生指导下尽早治疗。

千万别把流感当感冒

区妇幼保健院儿科主治医生张德江表示,儿童流感多突然起病主要症状为发热,部分患儿体温可达39~40℃,可有畏寒、寒战,多伴头痛、全身肌肉酸痛、乏力、食欲减退等全身症状;经常伴有咳嗽、咽痛、流涕或鼻塞等,少部分出现恶心、呕吐、腹泻,儿童消化道症状多于成人。

流感的症状和一些普通感冒很相似,经常导致家长们分辨不清,不少家长还因为把流感误当做普通感冒,错过了48小时的最佳治疗时间,导致引起严重的并发症。

当孩子出现24小时内突发高烧,有的能飙到39℃,甚至更高,吃退烧药难以退烧,或者出现发抖寒战、全身酸痛、乏力、食欲不佳、脸色发红,眼结膜充血等症状时,家长应该带其及时就医。

面对流感 防要大于治

儿童属于流感的高危人群,这是因为儿童的身体免疫系统正在不断发展,特别是对一些有身体免疫疾病的儿童,如支气管肺发育不良、先天性或获得性免疫功能低下等,更是要及早预防和治疗,加强警惕性,密切观察病情变化。

区疾控中心相关工作人员告诉记者,目前,接种流感疫苗是预防流感最有效的方法,为了保证孩子在流感高发季节前获得免疫保护,最好在流感季节前1至2个月注射。对于6个月以下的孩子,不适合接种流感疫苗,家长及孩子的看护人员尽量要接种,这样可以对孩子产生间接保护。

“虽然流感大多为自限性,但也可能会发展为重症流感,导致患儿身心痛苦。所以,面对流感,防要大于治。”张德江表示,婴幼儿应避免在流感季节去拥挤的公共场所,必要时戴口罩并及时更换,阻隔飞沫传播的可能性,同时不随意接触公共场所物品,养成良好的卫生习惯。

突然高烧 疲劳乏力 咳嗽咽痛 小心! 你可能被流感“盯上”了

本报讯 (记者 张再行)近期全国

流感监测数据显示,我市在内的部分南方省份已迎来流感夏季高发季。记者在区人民医院、区妇幼保健院等医疗机构看到,发热门诊接诊的病患明显增多。

根据国家流感中心及我市监测结果,本轮高发季流感流行型别为甲型H3N2型,流行时间符合往年流行规律。为减少流感对市民健康的影响,市疾控中心还特此发布健康提醒,提醒广大市民做好流感疫苗接种;勤洗手、多通风;保持良好的呼吸道卫生习惯。在流感高发季节,尽量避免近距离接触流感样症状患者,得了流感以后,请戴上口罩及时就医,遵医嘱用药、治疗。

“当你出现突然高烧、疲劳乏力、咳嗽咽痛等症状时,你很可能是被流感‘盯上’了。”区疾控中心相关工作人员告诉记者,流感是由流感病毒引起的一种急性呼吸道疾病,具有很强的传染性,每年可引起季节性流行,属于丙类传染病。患者往往一开始就出现高热,体温达到39℃~40℃,甚至更高,伴有咳嗽、咽痛、头痛、乏力、肌肉疼痛等全身症状,如果流感患者有基础性疾病,全身症状还会有所加重。

流感发病活跃,让部分市民成了“惊弓之鸟”,甚至有人还在家里囤起了所谓的“抗流感神药”奥司他韦。区疾控中心相关工作人员表示,奥司他韦等神经氨酸酶抑制剂可以阻止流感病毒在体内的复制和释放,是目前最常用的预防和治疗流感的药物,但它对普通感冒无效,也无法预防流感可能伴有的细菌感染。另外,奥司他韦最好在症状出现的48小时内服用,可以缩短病程,否则疗效将有所减弱!

“广大市民切勿轻易自行用药,以免产生不良后果。”区疾控中心相关工作人员提醒,流感高发期若市民出现发热、咳嗽等上呼吸道症状,应该戴上口罩、尽快到发热门诊就诊,按规定进行新冠肺炎病毒核酸检测和流感相关检测项目。明确感染病原后,在临床医生指导下决定是否使用奥司他韦等药物、以及如何用药。



流感必备知识

什么是流感?

流感是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。流感病毒分为甲(A)、乙(B)、丙(C)、丁(D)4个型别,其中甲型流感病毒中的H1N1、H3N2两种亚型和乙型流感病毒(Yamagata系和Victoria系)可引起季节性流行。根据国家流感中心及我市监测结果,本轮高发季流感流行型别为甲型H3N2型,流行时间符合往年流行规律。

流行性感冒≠普通感冒

流感不是普通感冒,二者在临床表现上虽有相似之处,但它对健康的威胁比普通感冒要大,流感可能引起严重的并发症或者使原有的基础性疾病恶化。流感的潜伏期短、传染性强、传播速度快。一般表现为急性起病、发热,伴畏寒、乏力、头痛、全身肌肉酸痛等症状,而上呼吸道症状相对较轻,低龄儿童还可出现呕吐和腹泻等症状。

哪些人容易得流感?

一是儿童,特别是两岁以下的儿童,由于免疫功能发育不健全,容易病毒感染;二是老人和有基础疾病的人群;由于免疫功能下降或受到疾病的破坏,容易病毒感染;三是孕妇,因为怀孕后身体负担加重,也导致免疫功能下降。

感染了流感怎么办?

流感患者应及时到医院就诊,患者及陪护人员需要佩戴好口罩,避免交叉感染。流感患者居家期间,需注意勤洗手、多通风,咳嗽、打喷嚏用纸巾等遮住口鼻,勿带病上班、上学。尽量避免出入公共场所,减少与周围人员近距离接触,如确需外出时,应佩戴口罩。

流感疫苗有没有必要打? 必要!

流感疫苗是预防流感最有效的措施。虽然通过锻炼身体增强免疫力也可以起到预防流感的作用,但最根本的预防办法还是接种疫苗。此外,虽然流感致死率不高,但依然有特殊人群,比如老人、小孩、孕妇等因患流感而演化成重症的病例。

打了疫苗就不会得流感吗? 错!

接种流感疫苗之后,可以减少患流感的概率,如果患了流感,也会减少重症的概率,但都不是绝对的。因此,打疫苗后,依然要积极做好防护工作,同时要积极锻炼身体,增强机体的免疫功能。

预防流感,如何做好日常防护?

预防流感要注意勤洗手;咳嗽或者打喷嚏时,用手帕或者纸巾捂住口鼻;在流感流行季,应主动佩戴好口罩,避免去人多或拥挤、空气污浊的地方;经常锻炼身体,增强机体免疫功能;注意保暖、注意休息,保护身体的免疫力。

(张再行 整理)

