



全市流感患者呈快速上升趋势,有的一家几口相继中招

当心!甲流高发如何应对?

医生:接种流感疫苗是最有效的预防手段,出现症状要及时就医

当前正是流感高发季,随着感染人数增加,流感成了近期大家关注的共同话题。流感高发季要不要预防性用药?流感检测试剂检测结果靠谱吗?流感高发季还适合接种流感疫苗吗?个人及家庭如何做好健康防护……针对大家关心的问题,昨日记者进行了采访。

流感高发,甲流是主力军

1月10日上午,记者来到台州市中心医院,门诊大厅里人山人海。一块落地电子屏上正播放着流感防控宣传知识。

走进输液室,只见人头攒动,几乎座无虚席,输液架上挂满了吊瓶。一眼望去,输液者大多数是孩子,也有一部分成年人。孩子们有被家长抱在怀里呼呼大睡的,也有乖乖坐在椅子上输液的,有些孩子的额头上还贴着退热贴。

“流感传染性较强,尤其是上幼儿园、小学的孩子,免疫力差,更容易被波及。”台州市中心医院儿内科主任医师李星告诉记者,从上个月开始,前来就诊的流感患者出现增多的趋势。秋冬季是流感的高发季,几乎每年春节前都会出现一波。

对此,台州市立医院呼吸内科医生王晨也深有感触:“流感患者在元旦后明显增多。和往年相比,有所推迟。目前来看,病例总体规模有限,趋势较平稳。”他猜测这可能和气候条件有关,温暖的气候推迟了病毒的传播。

记者从市疾控中心了解到,从2024年12月以来,全市流感患者呈快速上升趋势。其中甲流在呼吸道感染趋势中占了主导地位。相比2023年,2024年秋冬流感流行的时间要晚,流行规模和强度也要弱一些。

发病后48小时内治疗效果最佳

流感病毒分为甲、乙、丙、丁4型,其中甲型流感(H1N1)传染性强、易发生变异。王晨介绍,甲流的典型症状主要是发热、寒战、咳嗽、咽痛、头痛、肌肉酸痛、乏力等。少数患者会发展为肺炎、心肌炎等。和普通感冒比,传染性更强,发热和头痛症状更明显,更容易出现并发症。他提醒,当出现高热,且症状明显时,应及时就医。

李星也建议市民,在出现甲流症状时,应尽早来医院就诊,特别是儿童、老人、孕妇、慢性病患者及免疫功能低下者更应尽早治疗。“发病后48小时内进行抗病毒治疗效果最佳,可以缩短生病过程,减轻痛苦,也降低并发症风险。”

“我家孩子吃了药怎么还没退烧?”“孩子吃完药吐了怎么办?”在接诊过程中,经常会有心急如焚的家长前来询问。对此,李星提醒,药物起效有一定的过程。用药后,患者可以在家观察,一般到第3天体温就会下降。但如果超过3天还是高烧不退,精神状态依旧很差,那就一定要及时来医院复查。

同时,他表示,儿童流感比成人更容易出现胃肠道症状,许多孩子在服用奥司他韦之后会出现呕吐的情况,家长不必过于担心,一般在第3次用药的时候呕吐症状就会明显减轻。“如果吃了之后马上就出现呕吐,这时候药物还没被吸收就被吐出来了,可以补充服用相应剂量的药物。而如果用药后超过半小时出现呕吐,



▲排队挂号缴费。
▲患者在输液厅输液。

就不建议补充药物。”

如何用药?交给医生来诊断

在网络平台上,可以搜索到许多流感检测试剂。这些检测试剂真的有用吗?市疾控中心(台州市卫生监督所)传染病防制所科员徐家豪介绍,一般来说,流感确诊主要依据核酸检测,还有一种快速检测方法为流感抗原检测,但其敏感性、特异性较低,阴性时无法明确排除流感病毒感染。而网上购买的试剂一般是抗原自检试剂。因此,他不建议市民自行进行检测,想要确诊还是要去医院进行核酸检测。

“医生诊断是结合患者的情况进行一个综合的判断,核酸检测、抗原检测、鼻咽拭子采样、DNA检测等只是作为辅助诊断。另外,市民自行检测受多方面因素的影响,可能会出现假阴性的情况。即使结果是阴性,也并不排除被感染的可能。”李星表示,流感病毒有一定的潜伏期,标本采集时间、操作手法问题等都可能影响结果。

目前,常用抗病毒药物包括奥司他韦、扎那米韦、帕拉米韦和玛巴洛沙韦。那么出现流感症状是不是可以直接去药店购买这些药来吃呢?李星表示:“这些都是处方药,要在医生或药师的指导下使用。不建议自行服用。”

接种流感疫苗是最有效的预防手段

流感高发季,是不是应该提前吃点药预防一下?

李星认为,对于一些特殊的高危人群,可以在医生的指导下进行预防性用药,比如平时就体弱多病并且接触过流感患者的早产儿。而对于普通人群,不建议盲目跟风用药。“流感病毒是常态化病毒,它是有特效药物可以治疗的,是可控的。盲目用药反而可能会对身体造成损害。”

徐家豪也不建议大家随意使用预防性药物。他认为,长期使用预防性药物可能导致耐药性。而对于暴露于高风险环境或有流感接触史但尚未发病的人群,他觉得可在医生指导下短期预防性使用抗病毒药物,但也不能替代疫苗接种。接种流感疫苗是预防流感最有

效的手段。

考虑到接种流感疫苗后,需要约2周时间才会产生保护效果,市民最好在每年流感季节到来之前接种疫苗,通常为9月至11月。

徐家豪建议,孕妇、儿童、老人及慢性病患者应优先接种。接种疫苗时需注意是否有禁忌症,如对疫苗成分过敏或正在发热等;接种后可能出现轻微不适,如局部红肿或低热,多数情况无需特殊处理。

当前已是流感高发季,现在接种流感疫苗还来得及吗?徐家豪表示,即使已进入流感季节,接种仍然有用,并且越早接种越好。

个人及家庭如何做好健康防护

在接诊过程中,王晨经常会碰到一家几口人相继中招的情况。他表示,流感容易在家庭中传播感染,如果家中有流感患者,患者应尽量避免和家庭其他成员密切接触及共用生活用品。

在有条件的情况下,最好将患者安排在单独的房间休息,尽量避免与其他家庭成员特别是儿童、老人和慢性病患者接触,防止交叉感染。所有人都应佩戴口罩,勤洗手并避免触摸脸部。要保持室内通风,定期清洁和消毒患者经常接触的物品和表面,妥善处理患者用过的纸巾和口罩。

照顾患者时,确保其多喝水、充足休息、营养均衡,并按医嘱服用药物。如症状加重(如高烧不退、呼吸困难或意识模糊),应及时就医。家庭成员要注意饮食均衡、适当锻炼、充足睡眠,并建议接种流感疫苗以预防感染。同时,患者最好在症状完全消失后至少24小时再恢复正常活动。

徐家豪表示,未接种过流感疫苗的人群普遍易感流感病毒,尤其是在学校、托幼机构、养老院等人群聚集场所,人员密集更容易导致流感传播。在日常生活中,大家要保持良好的个人卫生,勤洗手。外出尽量不要进入人多拥挤的场所。前往车站、医院、商场、影院等人口密集且密闭的场所时,建议要科学佩戴好口罩。咳嗽或打喷嚏时要用纸巾遮掩口鼻;在注意保暖的情况下保持室内通风,多喝水、均衡饮食、规律作息以增强免疫力。

记者 姚苗苗 文/图