

# “流感汹汹”几时休

## ——权威专家解读今冬流感四大疑问

新华社记者 王宾 陈聪 鲍晓菁

入冬以来,我国多地流感呈高发态势,有的学校班级停课。今冬的流感真的更“流行”吗?这波流感如何防治?“流感季”什么时候会结束?记者就此采访了有关专家。

### 疑问一:流感为何这样重?今冬流行一种乙型毒株

世界卫生组织数据显示,当前北半球进入流感高发阶段。北美、欧洲等地的流感病例数量明显增多。

我国也成今年冬季流感“重灾区”之一。中国国家流感中心最新数据显示,2017年第52周,我国南、北方省份流感活动仍均处于冬季流行高峰水平,且仍呈现上升趋势。流感病毒检测阳性率已达往年高峰水平。

“此次流感大流行是由于多重因素叠加导致的。”国家卫生计生委医政医管局副局长焦雅辉就我国流感流行情况介绍说。

中国疾控中心副主任冯子健说,目前检测到的主要流感病毒为一种乙型病毒,而这一优势毒株已有多年未成为优势毒株。“这种乙型病毒多年在人群中传播感染人数较少,整个人群对它的免疫力低,低到一定程度,就会在人群中造成传播发病人数大量增加。”气候、气温、人员流动等其他因素也使这次流感暴发“雪上加霜”。

此外,按照世卫组织推荐,我国今年采用的是三价流感疫苗,包含甲型流感(包括H3N2和H1N1)和乙型维多利亚系流感病毒株,但包含此次流行的乙型病毒株的四价流感疫苗还未上市,正在等待审批。

### 疑问二:家门口看病靠谱吗?预检分诊、强健基层双管齐下

“早上5点起来排队挂号,花了几个小时才最后拿到药回家”“医生也累得够呛,早中晚班24小时连轴转”……有群众

反映,多地流感患者“扎堆”大医院,发热门诊人满为患。

多地儿科门诊专家认为,其实约有六成就诊患儿得的是普通感冒,无需到大医院看急诊,但有的家长看到孩子病情来势凶猛,往往就慌了神,总想着在大医院看过才放心,这无形中占用了过多急诊资源。

早在2005年,我国就建立了医疗机构发热病人预检分诊制度,目的是及时发现并检出重特大的传染病病人,特别是呼吸道传染病病人,排除传染病的普通发热患者可留在基层进行常规诊断和治疗。

此外,基层医疗卫生机构医护人员诊治力量不足也是一些地区患者“扎堆”大医院的主要原因之一。为让基层医疗机构加大收治病患的能力,国家卫计委正重点培训基层医疗卫生机构医务人员掌握诊疗知识和工作流程,提高对流感病例的早期识别、早期抗病毒治疗的意识和能力,减少重症发生。

同时,各地卫生计生部门也在促进家庭医生等基层健康“守门人”加大健康宣传、健康教育,普及流感防治核心信息,让百姓从自身做起做好流感防控。

就此次流感暴露出的一些地区儿科医护人员不足的现状,专家表示,这需要进一步建立健全人才培养长效机制,完善医疗机构内部管理机制,细化好、落实好分级诊疗制度建设,合理分流患者。

### 疑问三:重点人群如何防?“口罩君”和抗病毒药一个不能少

流感如何科学预防?冯子健说,在流行的高峰季节老年人要尽量减少到公共场所活动,减少人员接触。注意勤洗手等其他个人卫生措施。如果要到公共场所活动,特别是高危人群,要戴口罩,能起到一定的保护作用。

接种流感疫苗是预防流感最有效措施。冯子健说,老人、孩子、孕妇、慢性病患者要优先接种疫苗,以保护这些高危人群。

得了流感用什么药?焦雅辉表示,当前对于普通流感的治疗有口服药物奥司他韦(达菲),还有扎那米韦吸入粉雾剂,这两年我国又研制成功了对于重症流感患者使用的、可以静脉治疗的帕拉米韦。

针对有群众反映的部分地区抗病毒药物短缺问题,焦雅辉表示,为保障奥司他韦、扎那米韦等抗流感病毒药物供应充足,各地将为医疗机构开启临时采购通道,保证抗病毒药物及时足量供应。国家层面会加强后续措施落实情况的跟踪。

中国疾控中心有关专家表示,奥司他韦等神经氨酸酶抑制剂是流感的有效治疗药物,早期尤其是发病48小时之内应用抗流感病毒药物能显著降低流感重症和死亡的发生率。

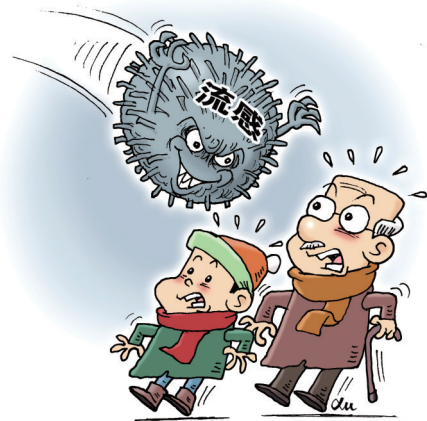
### 疑问四:“流感季”几时休?疫情随寒假来临而趋缓

中国疾控中心流感监测情况显示,当前,我国南、北方省份均处于季节性流感的流行高峰,流感活动的总体水平仍维持在较高水平,且仍可能会继续流行一段时间。这波流感“阻击战”何时了?

监测数据显示,各地区流行高峰和流行持续时间存在差异,部分地区已呈现流行水平上升趋势减缓的迹象。中国疾控中心病毒病预防控制所专家王大燕表示,预计流感活动高峰还将持续一段时间,1月中下旬,流感活动水平预计会达到峰值。随着学校和托幼机构寒假的到来,流感活动水平将逐渐下降。

“流感会呈现周期性波动特征,因为多种毒株的循环每年不一样。”专家预计,今年乙型Yamagata系毒株流行之后,到下一个流行季节可能不会再成为优势毒株。

“疫苗接种是降低流感发病率和死亡率的最主要干预手段。”世界卫生组织“全球流感规划”主任张文庆建议,老年人、儿童、孕妇、慢性病患者和医务人员等流感高危人群应及时接种流感疫苗。



来势汹汹  
新华社 发 徐骏 作

## 预防流感 关爱健康

陈昭贵 宋娟辉 朱远杰

本报讯 1月12日下午,邵阳经开区昭阳片区“昭阳宣讲团”第一堂讲座“预防流感 关爱健康”在红旗社区正式开讲,国家一级营养师赵翊及医疗团队为居民们进行流行性感冒预防知识的宣传教育和防控,介绍“早知晓”“早预防”的方法,从源头控制流感的发生。

为积极落实党的十九大精神,着力于服务辖区内的居民,邵阳经开区昭阳片区组建了“昭阳宣讲团”,通过各种形式宣传国家政策、法律法规、营养保健等。冬季是流行性感冒的高发季节,结合当前天气,赵翊用通俗易懂的语言,深入浅出地向居民们讲述了什么是流行性感冒以及流感传播的途径、症状和危害性。对于流感的预防,赵翊提醒市民一定要在流感高发季节保护好自己,要学会随天气变化增减衣物,做到勤洗手、多喝水,经常开窗通风换气,保持室内空气清新,要保障睡眠,加强体育锻炼,流感期间尽量不去人群密集的公共场所。赵翊还向大家介绍了预防感冒的生活小常识,如盐水漱口、喝白开水、热水泡脚等。

随后,医疗团队对前来参加讲座的居民们进行了量血压、测血糖等基本体检服务。

## 这三类人少喝茶

李晓丽

喝茶是中国传统养生方式,对人体健康很有益处,比如抗氧化、抗衰老、降血脂等。喝茶虽好,但也不是每个人都适用,有三类人最好少喝茶。

胃溃疡患者。患有胃溃疡、十二指肠溃疡或慢性萎缩性胃炎的人,最好不喝茶,尤其是不宜喝浓茶或空腹饮茶。茶叶含有的咖啡因和鞣酸会刺激胃黏膜,促进胃酸分泌,加重溃疡创伤。如果常饮浓茶,还有可能导致病情恶化。平时胃酸分泌过多的人更不适合饮用普洱茶和

红茶,这两种茶叶的咖啡因含量比较高。

失眠或神经衰弱者。咖啡因有兴奋神经中枢的作用。如果平时就有失眠或神经衰弱等症状的人,对咖啡因比较敏感,最好在下午3时就停止饮茶或咖啡,以免影响晚上的睡眠。

心律失常者。咖啡因会使人的人心跳加快,造成心动过速等,甚至心悸,对心脑血管疾病患者来说,是一种潜在的威胁。如果有些人平时就有心律失常的现象,或者对茶、咖啡特别敏感,空腹喝茶,可能会引发头晕、心悸等不适症状,增加心脏负担,使病情更加严重。



1月9日,市癌症康复协会举行2017年度工作总结暨全国抗癌明星、全市抗癌明星表彰大会。该协会成立于1998年,以“关爱生命、造福会员、惠及社会”为宗旨,积极组织6400余名会员开展各种有益的康复活动和社会公益活动。2017年获评全国抗癌优秀组织,会员邓梅春、曾春华被评为全国抗癌明星,谢录云、黄安娜的家庭获评全国抗癌明星家庭。图为表彰大会上的文艺表演彰显生命风采。贺旭艳 摄