

甲流来势汹汹 如何避免重症发生?

新快报记者近日从广州部分学校、医院急诊、呼吸内科了解到,广州本轮甲流来势汹汹,导致不少小朋友“扎堆”发烧,有小学班级因多名学生感染而临时改为线上授课。孩子感染流感后,会否导致重症、甚至死亡?应该如何规避?新快报记者就此采访了广州儿科专家。

■采写:新快报记者 黎秋玲 通讯员 张阳 黄睿



感染原理

5岁以下儿童易中招 是重症流感高危人群

“流感大家并不陌生,是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病,每年必来,一般在秋冬季。但在热带地区尤其亚洲,流感的季节性高度多样化。”中山大学孙逸仙纪念医院儿童医学中心主任周敦华教授介绍,甲流是甲型流感的简称,流感病毒按其核心蛋白可分为甲、乙、丙、丁四种类型。在人群中呈季节性流行的流感病毒是甲型(甲型H1N1亚型和甲型H3N2亚型)和乙型流感病毒。

临床中发现,儿童普遍易感,每年流感流行季节,儿童流感罹患率为20%~39%,高流行季节年感染率甚至可达50%左右。5岁以下儿童是重症流感的高危人群,小于2岁的儿童更易出现严重并发症。

流感患者和隐性感染者是流感的主要传染源。流感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。接触被病毒污染的物品也会引起感染。流感病毒潜伏期为1~4天(平均2天),从潜伏期末到发病的急性期都有传染性。一般感染者在临床症状出现前24~48小时即可排出病毒,排毒量在感染后0.5~1天显著增加,在发病后24小时内达到高峰。成人和较大年龄儿童一般持续排毒3~8天(平均5天),低龄儿童排毒时间更长。

症状表现

流感发烧症状明显 易合并引发肺炎

周敦华介绍说,与普通感冒不同,流感的主要表现为发烧明显,体温高达39℃~40℃,甚至超过40℃,症状包括怕冷、打冷颤,全身肌肉关节酸痛,乏力。此外也会有感冒症状,如喉咙痛、干咳、鼻塞、流鼻涕;有部分孩子还会以呕吐、腹痛、腹泻为主要表现。1岁以下的小宝宝,流感的症状不典型。新生儿由于接触外人少,流感比较少见。尤其需要注意的是,新生儿如患流感易合并肺炎,常有脓毒症表现,如嗜睡、拒奶、呼吸暂停等。

治疗方法

可通过流感抗原筛查诊断 发病48小时内治疗最佳

如何诊断流感呢?流感的发热体温往往较普通感冒更高,可能达到39摄氏度以上。假如发现自己出现了一些上呼吸道症状,建议可以先进行流感抗原筛查。周敦华介绍,流感的诊断主要包括取鼻涕或者咽喉分泌物进行流感快速抗原检测、核酸检测。流行季节发热患儿伴有抗原或核酸阳性即可确诊。此外,流感患儿外周血常规白细胞总数一般不高或降低,重症病例淋巴细胞计数可明显降低。

流感治疗的重点是缓解发烧、咳嗽等流感样症状,对症治疗主要为清热解毒、宣肺止咳类药物,儿童可选小儿肺热咳喘颗粒或口服液、小儿咳喘灵颗粒或口服液、羚羊角等。高热患儿给予布洛芬或对乙酰氨基酚治疗。

在出现流感症状后,患儿应该充分休息,多喝水,饮食应当易于消化和富有

营养。同时要保持房间通风,尽量减少与他人接触,以避免传染。

周敦华表示:“流感患儿容易引起急性喉炎、急性中耳炎、气管炎、支气管炎、毛细支气管炎、肺炎等。重症病例可出现病毒性肺炎、继发细菌性肺炎、急性呼吸窘迫综合征(ARDS)、休克、心血管和神经系统等肺外表现及多种并发症。主要死因为急性呼吸窘迫综合征与流感流行性脑病(IAE)。”

营养。同时要保持房间通风,尽量减少与他人接触,以避免传染。

周敦华表示,目前对于流感,国际上公认和推荐的药物是奥司他韦,它通过把流感病毒黏在细胞表面防止病毒进入细胞完成复制和释放,从而减少体内病毒的量,病毒量少了就会缩短疾病的病程和减少并发症。

周敦华教授介绍,儿童流感的治疗最大原则就是一个“早”字。临床通过评估患儿的一般状况、疾病的严重程度、症状起始时间、以及当地流感流行状况等确定流感患儿治疗方案。在发病48小时内尽早开始抗流感病毒药物治疗,早期治疗可获得更好疗效。

“流感患儿应该合理使用对症治疗药物,避免盲目或不恰当使用抗生素。”周敦华表示。

甲流与普通感冒不同



普通感冒

- ✓ 全身症状轻,而局部症状重,
- ✓ 表现为低热、咳嗽、流鼻涕、打喷嚏等症状,
- ✓ 持续时间较短,一般两三天就可以恢复



甲流

- ✓ 全身症状重,局部症状轻,
- ✓ 表现为高热、寒战、肌肉酸痛、乏力等,
- ✓ 呼吸道症状不明显,出现并发症的比例较高

预防方法

推荐流行季节 提前接种流感疫苗

老年人和儿童是流感流行期间的脆弱人群。这两类重点人群做好流感预防要做到以下三点:首先,推荐婴幼儿、儿童和有基础疾病的老年人要在每年流行季节提前接种流感疫苗;其次,建议重点人群在流感流行期间减少外出,坚持戴口罩、勤通风、勤洗手;再者,幼托机构及学校是儿童青少年聚集场所,要特别注意对流感的预防,一旦班级里有小朋友发烧,建议在家充分休养,待完全康复后再上学。

接种流感疫苗是预防流感最有效的方法之一,流感季来临前是接种的最佳时期。对于6月龄~8岁儿童,从未接种过流感疫苗者,首次接种需接种两剂次(间隔≥4周)。上一流行季接种过一剂或以上流感疫苗的儿童,则建议接种一剂。8岁以上儿童仅需接种1剂。

对于6月龄以下的婴幼儿,因为无法接种流感疫苗,鼓励同住者和看护者都要积极接种流感疫苗。

出现以下情况之一者为重症病例 需要尽快就医

- (1)持续高热超过3天,伴有剧烈咳嗽,咯脓痰、血痰或胸痛
- (2)呼吸频率快,呼吸困难,口唇紫绀
- (3)神志改变,包括反应迟钝、嗜睡、躁动、惊厥等
- (4)严重呕吐、腹泻,出现脱水表现
- (5)合并肺炎
- (6)原有疾病明显加重

相关 甲流与新冠会叠加感染吗?

的情况下,才有一定合并感染的可能性。同时,根据已掌握的发热门诊监测数据,当前发热患者中以甲流占据绝对多数,比例较高。

童朝晖说,戴口罩、勤洗手、勤通风、保持社交距离、积极接种疫苗都是对呼吸道传染病行之有效的预防手段。面对呼吸道传染病,预防是最重要的,呼吁大家坚持做好个人防护和健康监测。(新华社)

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强王贵强表示,甲流等病毒性传染病感染康复后,短时间内都会形成一定免疫屏障,有一定保护力。

有部分公众关心甲流与新冠是否会叠加感染。北京朝阳医院副院长童朝晖介绍,甲流与新冠两者都属于呼吸道传染病,有叠加感染的可能性,但不必过于担心。只有在免疫功能低下,体内新冠病毒没有完全清除

