



我们离你最近

冬季来临,各种呼吸道疾病进入了高发季节。当前我市呼吸道疾病主要致病原因有哪些?如何应对多种呼吸道病原体叠加流行的风险?如何科学预防流感?近日,记者采访了市疾控中心传染病防治科副主任医师唐丽。

■融媒体记者 徐薇 通讯员 胡伟

## 主要致病原因是流感和肺炎支原体感染

“从本市最新的呼吸道病原学监测结果来看,当前我市市民呼吸道疾病主要致病原因是流感和肺炎支原体感染。其中,流感的发病率呈快速上升趋势,目前已进入高发期。”据唐丽介绍,流感,即流行性感,是由流感病毒引起的急性呼吸道疾病。与普通感冒相比,流感的症状较重,且相较于其他人群,儿童的感染率较高。流感主要表现为发热、头痛、全身不适等症状,体温常高达39°C至40°C。主要通过打喷嚏和咳嗽等方式传播,也可经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接

或间接接触传播。流感传播迅速,每年可引起季节性流行。我市流感流行季通常是每年的10月中下旬至次年的3月中上旬左右。

流感病毒的种类有哪些?唐丽告诉记者,流感病毒分为甲、乙、丙、丁四种类型。目前,市民主要感染的是甲型和乙型流感病毒,丙型较少见,丁型主要感染猪、牛等动物,尚未发现感染人。四种类型流感病毒中,甲型易发生突变,常在人群中引起大规模流行。“目前,我市流感流行毒株主要为甲型H3N2亚型。”唐丽说。

## 呼吸道病原体混合感染要警惕

“除新冠病毒感染外,近段时间流感活动度上升,支原体感染依旧高发,今冬明春需警惕多种呼吸道病原混合感染。”唐丽介绍,感染过一种呼吸道传染病的人还有可能感染其他种类,出现混合感染。支原体感染、甲流、新冠病毒感染,这三种易产生叠加感染,其中两种病毒叠加感染及病毒和细菌、支原体、衣原

体叠加感染的情况也较为常见。

“这主要是因为感染流感病毒和肺炎支原体后,人体免疫力下降,就会增加其他病原体的感染风险。相较往年,今年流感后并发肺炎的情况明显增多。”唐丽特别提示,在防护呼吸道传染病的过程中要特别注意多病共防。

## 儿童是流感防控的重点人群

根据《中国流感疫苗预防接种技术指南(2023—2024)》提示:我国每年报告的流感暴发疫情中,90%以上发生在学校和托幼机构。“学校和托幼机构是流感防控的重点场所,教室、宿舍、食堂等空间有限、人群密集,同时学生之间接触频繁,容易发生流感病毒的传播。”唐丽表示,儿童由于免疫系统发育尚不完善,更容易感染流感病毒,且5岁以下儿童感染流感病毒后出现重症和住院的风险较高。并且,儿童自律性较差,手卫生和佩戴口罩均很难做到位。流感病毒一旦

传入校园,容易在很短的时间内快速传播,造成校园流感疫情,再由感染者带回家传给家人造成社区内的传播。

“家长要关注孩子健康,在睡前或早起时留意孩子有无发热、咳嗽等症状发生,根据孩子的健康状况决定是否上学,避免疲劳加重病情;学校、托幼机构要认真落实晨午检、因病缺勤及病因登记追踪制度,及时发现有流感症状的学生,做到流感疫情的早发现、早报告、早处置。”唐丽建议。

## 如何科学应对流感

唐丽说,在流感流行季节,老人、小孩以及体弱多病等免疫力相对较低人员,尽量避免到人群聚集场所,降低流感感染风险。如果要外出,需戴好口罩,做好个人防护。“冬天即使天很冷,也应该尽量保证每天开窗通风两次,另外我们还要对家里的一些设施表面进行消毒,包括经常接触的门把手、各种开关按钮等,以减少疾病传播。”

市民出现流感症状后,应居家休息,多喝水,饮食应易于消化且富有营养。

治疗重点是缓解发烧、咳嗽等流感症状,同时密切观察患者病情变化,一旦出现持续高热,伴有剧烈咳嗽、呼吸困难、神志改变、严重呕吐与腹泻等重症倾向,应及时就诊。

唐丽提醒,并不是每个患了流感的人都必须服用抗病毒药物。而绝大多数流感抗病毒药物是处方药,需经医生评估才能用。“目前,国内可用的流感抗病毒药物主要有奥司他韦、扎那米韦、帕拉米韦、阿比多尔和玛巴洛沙韦等。”

# 流感进入高发期 混合感染要警惕

## 市疾控中心提醒:接种疫苗很有必要



## 接种疫苗很有必要

“接种流感疫苗是预防流感的有效手段之一,不但可以保护孩子远离流感病毒的侵袭,也能降低发生严重并发症的风险。”唐丽认为,特别是对于儿童、老年人、医务人员、慢性病患者等重点人群,接种流感疫苗可以有效降低流感感染概率,能够起到很好的预防保护作用。

“从预防流感的角度,只要是≥6月龄且没有接种禁忌的人,都可以通过接种疫苗预防流感。尤其是家里有老人、孩子、孕妇、免疫力低下,包括患有慢性基础病的重点人群。”唐丽提醒,“疫苗的免疫作用会随着时间的推移逐渐减弱,而且流感病毒也在不断发生变异,因此,流感疫苗不是打一针就可以终身免疫,需要每年都接种新的流感疫苗。”



## 加强健康教育 提高健康水平