

呼吸道疾病防治 五大关切 权威回应来了

随着春节脚步的临近,人群流动和聚集性活动增多,呼吸道疾病感染风险加大。不同类型呼吸道疾病怎么治?患者出现反复咳嗽怎么办?重点人群需关注哪些防治事项?国家卫生健康委日前召开新闻发布会,回应当前呼吸道疾病热点关切。

新冠病毒JN.1致病力如何? 无明显变化

“新冠病毒JN.1变异株在我国本土占比持续上升,临床表现基本为无症状和轻型。”中国疾控中心传染病管理处呼吸道传染病室主任彭质斌表示,JN.1变异株与EG.5变异株引起的疾病严重程度相比并无明显变化。预计在春节假期前后,受人群大规模流动等多种因素影响,新冠疫情可能会出现一定程度的回升。

监测数据显示,目前我国流感活动已呈现下降趋势,当前急性呼吸道疾病仍以流感为主。其中,乙型流感占比近期升高,导致流感疫情出现小幅波动。专家研判认为,今年冬春季我国将继续呈现多种呼吸道疾病交替流行或共同流行态势。

国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长米锋表示,要持续加强监测预警,加强养老托幼机构、社会福利机构等重点机构疫情防控,关注“一老一小”重点人群,强化日常健康监测,落实各项防控措施。

不同类型呼吸道疾病怎么治? 抗病毒治疗+对症治疗

“对新冠和流感这类急性呼吸道

传染性疾病来说,预防的主要手段是接种疫苗。”北京医院呼吸与危重症医学科主任李燕明在发布会上介绍,治疗措施主要包括抗病毒治疗和对症治疗。

专家介绍,在抗病毒治疗方面,针对流感和新冠,均有抗病毒药物,这些药物能缓解患者的症状,降低病毒负荷。对症治疗主要包括退烧药或缓解患者咳嗽、鼻塞、流涕的药物。

李燕明特别提醒,哮喘是常见的呼吸道慢病,主要症状包括反复咳嗽、呼吸困难、胸闷等。对于哮喘患者来说,如果罹患流感、新冠等,要注意自己哮喘症状的变化,若症状加重,需及时就医,调整哮喘用药。

反复咳嗽怎么办? 先明确病因

“咳嗽是最常见的症状之一,可能由多种原因造成。若出现反复咳嗽,建议去医院进行诊治。”李燕明说,根据咳嗽持续时间分类,可以分为急性、亚急性和慢性咳嗽。

专家介绍,急性咳嗽一般持续三周以内,急性呼吸道感染性疾病是其最主要原因;亚急性咳嗽持续时间为三到八周,通常由感染后咳嗽引起;慢性咳嗽

持续时间超过八周,可由各种原因引起,包括哮喘、慢阻肺、反流性食管炎等,一些药物也可能引起咳嗽。

李燕明表示,若出现咳嗽症状,在日常护理时,要注意天气变化,及时增减衣物;冬季室内一般较为干燥,要保持室内湿度。建议咳嗽患者外出时佩戴口罩,减少冷空气对气道的影响。咳嗽期间,不建议食用辛辣或油腻食物。

患基础疾病人群注意哪些? 增强免疫力、做好基础防护

冬季是心血管疾病和呼吸道疾病的高发季节。江苏省中医院主任中医师朱佳介绍,心血管疾病患者更易出现血液黏稠度增加,血液循环减慢,出现血栓。中国医学科学院阜外医院主任医师熊长明则表示,心血管疾病患者一旦感染了呼吸道疾病,可能会加重病情。

专家表示,有高血压、冠心病等疾病的患者,往往体质和抵抗力较差,容易患呼吸道疾病。这些病人在冬季应加强心血管疾病控制,将各项指标控制在合适范围。

与此同时,积极接种疫苗,做好个人防护和保暖工作,多休息、避免过度

疲劳,保持健康饮食,注意手卫生、勤洗手,少去人群密集的地方,必要时佩戴口罩。

哪些症状提示孩子有可能是肺炎? 出现这些症状尽快送医

孩子感染了呼吸道病原体后,家长十分担心孩子会发展成肺炎。对此,北京儿童医院主任医师王荃表示,孩子发生呼吸道感染后,可能会发展为肺炎,尤其是低龄儿童的发生率更高。

持续高热或发热时间超过3天;咳嗽频繁或明显加重,伴有痰量增加或痰色改变;部分年长儿童主诉胸闷、胸痛、憋气等不适;精神倦怠或萎靡,低龄儿童表现出烦躁、哭闹、难以安抚……王荃介绍,如果孩子出现这些情况时,应警惕肺炎的可能,尽快送医。

专家特别提示,婴儿尤其是三个月以下的小婴儿,罹患肺炎时,症状和体征常常不典型,可能并没有明显的发热和咳嗽,仅仅表现为呼吸急促、吃奶呛奶、吃奶费力或频繁吐奶,有的时候可能会出现喘息发憋、脸色不好等症状。出现以上症状和体征时,应尽快带孩子就诊。
据新华社

2024龙年是“无春年”? 专家称很常见

即将到来的甲辰龙年将出现“两头无立春”现象,即,全年没有立春日,民间称这样的年份为“无春年”,并传言这样的年份不宜结婚,引发公众关注。天文科普专家表示,“无春年”是我国农历历法中出现的正常现象,而且很常见。

“无春年”是如何形成的呢?中国天文学会会员、天津市天文学会理事杨婧解释说,我国古人将一年分为二十四个节气,反映了地球在绕太阳运行轨道上的不同位置,而目前国际通用的公历也是根据地球绕太阳公转的规律制定的历法,所以节气在公历中对应的日期基本固定,但在农历中对应的日期却非常不固定。这是因为农历是以月相盈亏和太阳周年视运动两个自然周期为依据制定的历法,同时为了兼顾一年中寒暑季节变化,古人还采用设置闰月的方法,也就是很多人所熟知的“十九年七闰”。这样,农历年就有闰年和平年之分,闰年共13个月有384天左右,平年共12个月有354天左右。

春节是农历的节日,它在公历中的日期最早可在1月21日,最晚可在2月20日。由于立春在公历中的日期是2月4日前后,因此随着春节在公历日期中的变化,农历一整年中可能会出现两个立春日,也可能一个立春日也没有。

以即将到来的甲辰龙年为例,春节是2月10日,而立春是2月4日,2025年春节也就是乙巳蛇年春节是1月29日,而立春是2月3日,所以甲辰龙年一整年都没有立春日。

杨婧表示,“无春年”并不罕见,反而很常见,平均2至3年就会出现一次。统计显示,在本世纪的100年中,两头春的年份有37次,无春的年份有37次,单春的年份有26次,其中年初立春有12次、年末立春有14次。

杨婧表示,“无春年”只是没有立春日,并非没有立春节气,也不是没有春天,更与吉凶祸福、婚丧嫁娶毫无关系。

据新华社



科学解读 新华社发