

莫因流感引发意外 谨记“四要点”

日前,因流感引发意外的事件引起社会关注。常见的流感为什么会造成严重后果?如何最大程度防范风险?医学专家给出解读和建议。

要点一:高危人群要警惕

多位医生告诉记者,不同于普通感冒,流感的传染性强,可能导致原有基础疾病加重,并引起肺炎、心肌炎、神经系统损伤等并发症。

因此,医学上认为孕妇、儿童、老年人以及有慢性基础疾病或免疫力低下的人群属于流感高危人群,感染后更容易引发重症,需要格外警惕。这些人群在流感流行期出门可戴口罩,尽量少去商场或集市等人多拥挤、空气不流通的地方。

中国疾控中心病毒病所研究员陈操

表示,我国流感流行期大多是在每年11月到次年2月或3月。在流感流行期,家庭和公共场所应做好清洁、消毒,家中如有高龄老人或免疫功能低下的患者,应注意防止将病毒带回家。

如何判断得了流感还是普通感冒?北京佑安医院主任医师李侗曾表示,流感症状更重、起病更急,往往是38.5℃以上的发热,除了咳嗽咽痛以外,还会有明显的全身症状,如头痛、肌肉酸痛、特别乏力等。

要点二:症状严重快就医

李侗曾表示,得了流感,并不都需要去医院,症状较轻的居家隔离即可,使用一些解热镇痛、祛痰止咳的药物,一般7天左右可以康复。但如果出现39℃以上的高热、使用退热药物效果不佳,或有剧烈咳嗽、呼吸急促、胸闷、憋气等严重症状,或出现剧烈头痛、频繁呕吐、意识模糊,需要及时就医。

北京医院主任医师李晶表示,老年人等高危人群如果得了流感,也不用慌

张。若症状较轻微,只有咽痛、咳嗽、流鼻涕等,可先在家中休息,适当多饮水,清淡饮食,用一些药物缓解症状。一旦出现高热不退、大量浓痰、呼吸困难、精神不振等严重症状,那么一定要抓紧时间到医院就诊,以免延误病情。

中日友好医院主任医师陈文慧提醒,还要警惕继发感染。有的患者症状已经好转,但再次出现发烧、痰量增多、痰色变化等现象,此时应及时就医。

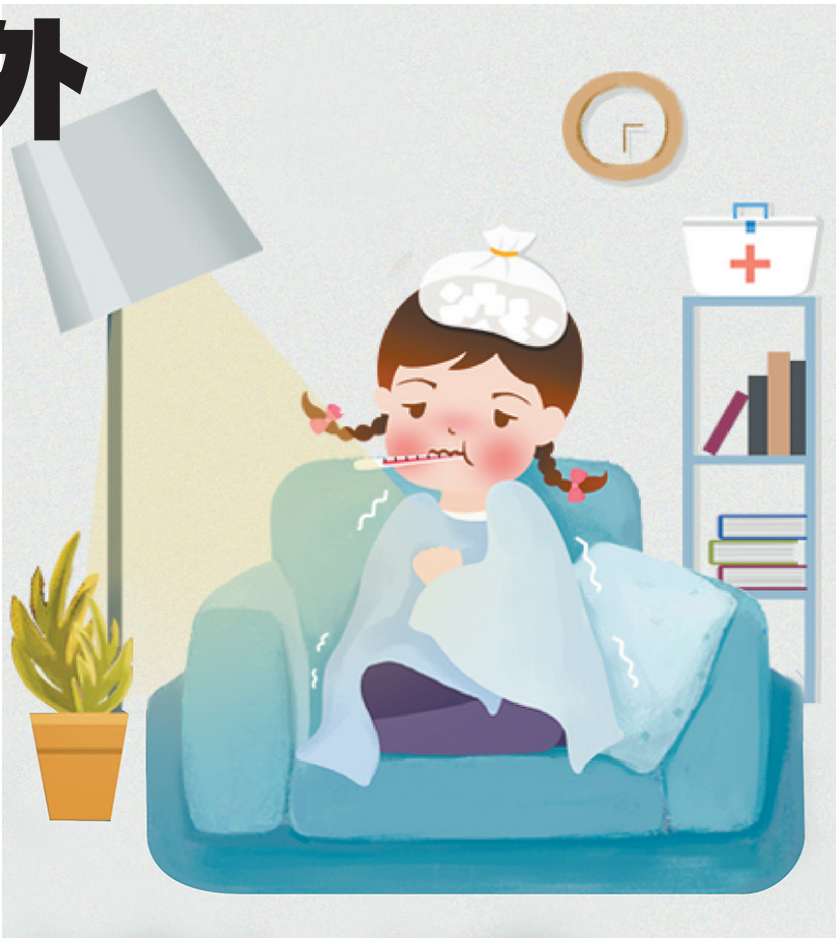
要点三:对症用药很重要

陈文慧介绍,流感属于病毒感染,在48小时之内服用特异抗病毒药,可以起到很好的治疗效果。同时,注意科学的支持治疗,包括合理饮食、注意休息等,能帮助加快康复。

中国疾控中心传染病处研究员王丽

萍介绍,耐药性分析结果显示,目前流行的流感病毒对于抗病毒药物是敏感的,药物治疗是有效的。

李侗曾提醒,流感不是细菌感染,抗生素对其无效。居家休息隔离期间,要注意合理用药,避免滥用抗生素。



资料图片

要点四:每年可接种疫苗

医学专家公认,预防流感最有效、最经济的手段就是接种流感疫苗。虽然接种了疫苗不等于一定不得流感,但可以显著降低发病和发生严重并发症的风险。

由于流感病毒流行株每年发生变异,疫苗也需随之变化。王丽萍介绍,根据相关监测和研究分析结果,我国当前接种的流感疫苗与流行的甲型H1N1亚型病毒株匹配度良好,疫苗接种有效,建议所有6月龄以上、没有疫苗接种禁忌的人群,每年都接种流感疫苗。

据了解,流感疫苗接种单位常设在社区卫生服务中心、乡镇卫生院或

综合医院。卫生健康、疾控部门会公布辖区接种单位名单,公众可就近、就便前往接种。

中国疾控中心病毒病所研究员王大燕表示,疫苗接种后通常需要一定时间来产生具有足够保护水平的抗体,因此,一般建议大家在流感流行期来临前1到2个月,即9月、10月前后接种流感疫苗。

“但对每个个体而言,只要还没有感染,就可以通过接种流感疫苗来预防流感、减少感染、减轻症状、缩短病程、显著降低发展为重症甚至死亡的风险。”王大燕说。

据新华社

相关词条上热搜 专家提示处方药不可滥用 奥司他韦对非流感病毒无效

近日,抗流感药物奥司他韦相关的多个词条冲上热搜,抗流感药物奥司他韦到底应该怎么吃?相关专家提示:奥司他韦是针对流感病毒的药物,对于非流感病毒的感染治疗是无效的,不能盲目使用和滥用。非流感病毒感染时服用奥司他韦不仅无效,而且可能会产生不良反应。

流感治疗要抓住48小时黄金期

据北京市疾控中心相关负责人介绍,目前,北京市主要流行的流感病毒包括甲型H1N1、甲型H3N2亚型和乙型Victoria系流感病毒。

流感一般表现为急性起病、发热,部分病例可出现高热,达39℃至40℃,伴畏寒、寒战、头痛、肌肉关节酸痛、极度乏力、食欲减退等全身症状,常有咽痛、咳嗽,可有鼻塞、流涕、胸骨后不适、颜面潮红、结膜轻度充血,也可有呕吐、腹泻等症状。

轻症流感常与普通感冒表现相似,但其发热和全身症状更明显。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、休克、弥漫性血管内凝血、心血管和神经系统等肺外表现及多种并发症,甚至死亡。5岁以下儿童、老年人、患有慢性病或体质虚弱者更容易出现严重并发症。

专家表示,针对甲流有很好的治疗办法,但要尽早用药,从出现症状到用药的时间间隔越短,药物起效时间就越快。临床上常说,要“抓住48小时治疗黄金期”。

目前专门针对流感病毒的特效药物就是奥司他韦和玛巴洛沙韦,能够快速起效,阻止病毒复制,迅速缓解症状。治疗过程中,除了抗病毒药物,还可以选择解热镇痛药缓解发热、全身酸痛等不适,加上清热解毒的中成药,可以尽快远离甲流的侵扰。

建议市民家中常备解热镇痛药

奥司他韦用于成人和1岁及1岁以上儿童的甲型和乙型流感治疗。建议发病后48小时之内,成人和13岁以上青

少年口服每次75毫克,一天两次,连用5天;1岁至12岁的儿童,建议按照体重剂量表来服用。奥司他韦为处方药,须在医生或药师指导下严格按照说明书或医嘱服用,不能盲目使用和滥用。

玛巴洛沙韦用于健康的成人和5岁及以上儿童单纯性甲型和乙型流感患者,或存在流感相关并发症高风险的成人和12岁以上儿童流感患者。因其在人体内持续作用时间更长,全程仅需一次给药。通常体重40公斤至80公斤,一次用药40毫克即可。体重大于80公斤的患者剂量加倍,需要一次服用80毫克,同样建议发病后48小时内服用效果更好。专家建议,需要在医师或药师的指导下选择更适合自己的药物。

此外,京佑安医院感染综合科主任医师李侗曾提示,除了抗病毒治疗之外,市民家中也可以常备一些对症药物,如解热镇痛药。“需要注意的是,一些复方感冒药中有解热镇痛成分,一定要看清说明书,不要重复使用。”

奥司他韦对非流感病毒无效

北医三院相关专家提醒,奥司他韦并非万能,它是针对流感病毒的药物,对于非流感病毒的感染治疗是无效的,在服用前需要确认是否感染流感病毒。在非流感病毒感染时服用奥司他韦不仅无效,而且可能会产生不良反应,如恶心、呕吐等消化道不良反应,以及头痛等神经系统等不良反应。

抗流感药物哪些人不建议服用?关于奥司他韦:对奥司他韦制剂过敏的人群应禁用。妊娠期和哺乳期女性用药要遵医嘱,权衡利弊之后再决定是否能用。奥司他韦颗粒对于正处于生长发育阶段、身体器官尚未完全发育成熟的1岁及以下儿童,使用不宜超过5天。

关于玛巴洛沙韦:对玛巴洛沙韦过敏的患者应禁用。妊娠期女性应避免使用,因为对其潜在风险尚未可知。哺乳期女性服用时应停止哺乳或避免服用。

据《北京青年报》