

流感与感冒分不清 医生教你对症下药

接种流感疫苗能有效预防流感 老幼等特殊人群出现流感症状应及时就医



健康科普

2月3日,一女明星突然离世引发了公众对流感威胁的广泛讨论。

根据广东省流感既往特征和近期监测结果分析,当前广东省的流感疫情属于季节性波动,总体保持平稳。流感病毒未发生明显变异,且流行强度明显低于去年同期水平,大家不必过分担忧,但仍需保持警惕。

中国疾控中心监测结果显示,目前流感病毒阳性率持续上升,其中99%以上为甲流。

流感与感冒最大区别在于 全身症状

龙华区人民医院感染性疾病科主任姜春梅表示,甲流和普通感冒的最大区别在于是否出现全身症状。甲流感染后会有明显的畏寒、高热、头痛、全身乏力、四肢骨骼酸痛的症状,部分患者还会出现呕吐、腹泻的症状。

与普通感冒相比,流感感染主要以发热、头痛、肌痛和全身不适起病,体温可达39-40℃,可有畏寒、寒颤,多半伴有全身肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等全身症状,常有咽喉痛、干咳,可有鼻塞、流涕、胸骨

后不适、颜面潮红、眼结膜充血等。严重者可出现病毒性肺炎及心血管和神经系统等肺外表现和多种并发症,甚至死亡。

流感病毒感染引起的症状会存在个体差异,部分感染者症状轻微或无症状,大多于发病3-5天后发热逐渐消退,全身症状好转而自愈。

严重者常出现肺炎、神经系统损伤、心脏损伤等并发症。65岁以上老人、五岁以下小孩、有基础疾病人群、肥胖人群以及孕产妇感染后患重症的风险较高。

老幼等特殊人群出现流感症状不要拖

甲流不就是感冒吗?在日常生活中,有不少人将流感与普通感冒画上等号,觉得熬一熬就过去了。

姜春梅指出,其实甲流本身的症状并不可怕,如果是症状比较轻微的普通人,可以选择居家隔离、做好防护,抗一抗可能就过去了。可怕的是流感引起的并发症,尤其是高危人群,例如老人、小孩,如果没有及时用药可能发展为喉炎、脑

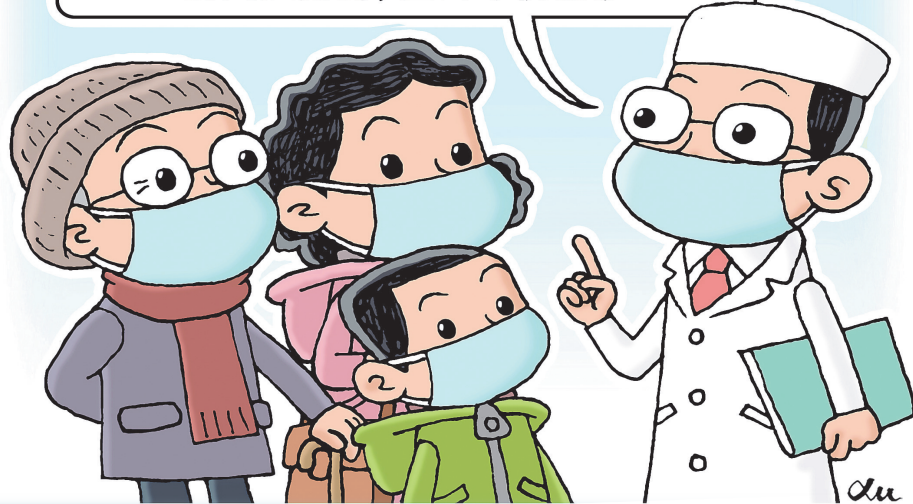
炎、肺炎、重症等。若感冒出现了以下情况,应及时就医,千万不要拖:

1、感冒三天以上,服用常规抗感冒药物后症状不缓解反而加重,包括咳嗽、咳痰等。

2、老人和孩子出现高热、意识淡漠等。

3、青壮年出现胸闷、心慌、气急、乏力尿少伴脸肿,需要警惕病毒性心肌炎等。

甲流多发,慢性病患者、孕妇、老年人和年幼儿童等人群发生流感严重并发症的风险更高,应当尽快就诊



新华社发

中招 甲流48小时内抗病毒治疗效果比较好

如果是确诊流感的患者,或者是有重症高危因素的流感样患者,应该尽早进行抗病毒治疗,在48小时内进行抗病毒治疗就会起到比较好的效果。

治疗流感的药物可选择:奥司他韦,每日两次,用药疗程5天;玛巴洛沙韦,服用一次。

姜春梅指出,从缓解症状来看,以上两个药物是等效的,玛巴

洛沙韦对降低病毒载量的速度比奥司他韦更快。当出现流感相关症状时,在黄金48小时内服用抗病毒药物,能够做到自救。

从作用机制来看,玛巴洛沙韦是抑制流感病毒在细胞内的复制;奥司他韦是抑制病毒从被感染的细胞中释放,减少病毒扩散。

特别需要注意的是,奥司他

韦可用于1岁以上儿童及成人;玛巴洛沙韦只用于5岁以上、体重在20公斤以上的儿童及成人。两款药物都是处方药,一定要在医生或药师指导下使用。

此外,还有两种退热药可以使用:对乙酰氨基酚和布洛芬。家中配备一款即可,如果发烧比较明显或引起身体不适可以使用退热药。

每年接种一次流感疫苗能有效预防流感

每年接种流感疫苗是最有效的预防措施,可以有效减少感染流感导致的重症和死亡的风险。接种疫苗后2-4周开始起保护作用,6-8个月后保护力度下降,因此建议每年接种一次流感疫苗。

流感疫苗优先接种人群包括:医务人员,包括临床救治人

员、公共卫生人员、卫生检疫人员等;60岁及以上的老年人;罹患一种或多种慢性病人;养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所的特殊人群及员工;孕妇;6-59月龄儿童;6月龄以下婴儿的家庭成员。还没感染的人群,任何时候接种都可以;已经感染

的,建议在症状缓解后再接种。

此外,预防流感,个人起居可以通过均衡饮食、充足睡眠、适量运动等方式增强免疫力,同时保证充足的睡眠和休息时间,避免过度劳累。

龙华新闻记者 黄晓华 通讯员 廖静文



心脏有点儿不舒服,心电图为何没查出来?

有些患者去检查心电图时,显示完全正常,查不出任何问题,但又有心慌、胸闷、胸痛甚至有明显的心脏疼痛等疑似心脏疾病的症状。

这是怎么回事呢?据龙华区人民医院心电功能室医护人员介绍,其实,心脏不适但心电图正常的情况并不罕见。心电图(ECG)是心脏健康检查的重要工具,它通过记录心脏的电活动来检测潜在的问题。就像检查房子电路的专家,如果一切正常,它会给我们一个明确的信号。然而,心脏问题是间歇性的,它们可能在特定时刻出现,而在其他时间则完全正常,就像偶尔才会调皮捣蛋的电路,心电图可能就抓不到它的把柄。其中原因,常见的有以下三种:

原因一:情绪干扰或胃的信号混淆

一种可能是,你感觉心脏不舒服,其实跟心脏没关系。可能是因为紧张,或者是隔壁邻居胃先生在闹脾气。毕竟,心脏和胃挨得那么近,有时候它们的信号会混在

一起,让人摸不着头脑。就像你听到隔壁房间传来咚咚咚的声音,以为是有人在敲门,结果发现是隔壁在装修。心脏和胃的信号也是这样,让人误会。

原因二:心脏异常太轻微,无法识别

如果心脏的异常太轻微,心电图也可能看走眼。这时候,可能需要其他更高级的检

查设备来帮忙。就像用放大镜找蚂蚁,有时候你得用显微镜才能发现那些小家伙。

原因三:

心脏异常太严重,误判为正常

最后,如果心脏的问题太严重,心电图可能会被愚弄,显示一切正常。

这就像是一个超级大坏蛋把整个电路都搞瘫痪了,反而让心电图误以为一切太平。这时候,医生会拿出其他秘密武器,比如超声波和X光,来揭开这个大坏蛋的真面目。

因此,医生提醒,如果普通心电图正常,但不时会出现心慌、胸闷、胸痛等疑似心脏疾病症状时,一定要记得进一步做其他检查。

龙华新闻记者 黄晓华 通讯员 梁春楣