

三种流感夹击,如何赶跑它们?

针对今冬爆发的流行性感冒,国家卫计委在9日召开的发布会上表示,目前流感病毒尚未发生变异,接种疫苗、使用达菲等药物可有效抑制



针对今冬爆发的流行性感冒,国家卫计委在9日召开的发布会上表示,2017年入冬以来,中国流感活动水平上升较快,且仍处于上升态势。目前流感病毒尚未发生变异,接种疫苗、使用达菲等药物可有效抑制。

目前,多地医院门急诊和住院患者、重症患者增多,诊疗压力大。国家卫计委医政医管局副局长焦雅辉表示,今冬流感高发是由综合因素叠加导致的,特别是流行的优势毒株(乙型)已多年未成为优势毒株,导致人群缺乏免疫屏障,易感人群增多。预计流感活动高峰还将持续一段时间,随着学校和托幼机构寒假来临,流感活动水平将逐渐下降。

就今冬流感的防治来看,中国疾控中心副主任冯子健表示,接种疫苗仍是最有效的手段,目前我国的流感疫苗接种数量仍然较低,对妇女、儿童以及老人等群体,建议可采用接种疫苗的方式进行防治。

除接种疫苗外,国家卫计委医政医管局副局长焦雅辉表示,还可以口服达菲等抗病毒药,针对有些医院出现的抗病毒药供应不足的问题,卫计委将通知各地医疗部门增开紧急通道,保障抗病毒药的充足供应。

流感病毒凶猛,知己知彼方能百战不殆,请看本报为大家搜集的预防小知识。

误区4 过急就医

专家指出,许多家长带孩子看病时,要求医生开好药、开贵药,甚至希望药到病除,恨不得马上就好。根据流感的特点,这是不科学的,因此流感治疗需要时间,急不得,只要不发生严重并发症,绝大多数患者都会痊愈。

如果孩子体温超过38.5℃且持续物理降温无效时,建议及时用退烧药退烧,尤其是有高热惊厥史的孩子,家长应密切关注孩子体温,防止体温快速上升引起惊厥。

流感知识问答:

1. 多喝水可以预防流感吗?

不能!的确有研究表明流感病毒在寒冷干燥的空气中更容易传播。但这里的干燥指的是环境湿度低,而不是口鼻黏膜干燥,虽然口鼻黏膜干燥会让我们产生不适,但这和病毒播散没有关系。所以光靠喝水并不能预防流感。

2. 现在去接种疫苗,是否来得及呢?

产生抗体通常需要一个月的时间,如果接种期间、或者接种之后就感染病毒的话,就没有防护力,因为流感病毒的潜伏期很短,感染之后很快就会发病。

3. 服用板蓝根、抗病毒冲剂对预防有没有帮助?

没有!暂时没有证据证明这些药剂能有效预防流感。接触流感患者后可以服用奥司他韦预防,用量为治疗量每日一次。

4. 如果家里有两个孩子,其中一个得了流感,两个孩子需要隔离多久呢?

有二胎的家庭,预防交叉感染有难度。如果有条件可以分开居住,一般需要体温正常,咳嗽流鼻涕这些症状消失后48小时再一起住。

5. 得了流感需要忌口吗?

不需要。流感是流感病毒引起的,和吃什么食物没有任何关系。

6. 如何快速检测是否得了流感,有相关的检测试纸吗?

流感快速检测是通过检测呼吸道标本(咽拭子、鼻拭子、鼻咽或气管抽取物中的黏膜上皮细胞)的流感病毒。这种实验方法目前只在部分医院进行,尚没有可以买到的试纸进行自行检测。

综合新华网消息

解读1: 流感病毒有哪些? 症状如何?

流感之所以“杀伤力”强,关键在于传染性极高。健康人感染流感病毒后3—5小时即可排出病毒,而流感患者发病后的第24—48小时是病毒排放的高峰期。

流感和普通感冒都是急性呼吸道传染病,均易发于冬季,都有不同程度的发热和呼吸道症状,但两者是完全不同的疾病。

普通感冒传染性没那么强,相对症状会轻,季节性不明显。起病较缓,不发热或低热,发热一般不会超过40℃,咳嗽是临床常见症状,也常表现为打喷嚏、鼻塞、流涕等症状。流感则起病急,体温常超过39—40℃,传染性较强,全身中毒症状较重,有明显季节性,主要见于冬春季节。

专家指出,无并发症的患者通常5—10天可自愈。但老人、小孩、孕妇、有慢性疾病如哮喘、糖尿病、肿瘤、血液病、免疫功能受损的高危人群一

旦感染,延误诊治可能会出现严重的并发症,如肺炎、心肌炎、心衰、呼吸衰竭、多脏器功能衰竭等,甚至可导致死亡。

在流感流行早期,多数病例集中在儿童。3—12岁的托幼和学龄儿童,是人群聚集密切接触频繁群体,相互传播的概率更大。

如果有以下症状特点,那就是中招了,抓紧吃药看医生吧!

1. 快速高烧,不易退,退烧后再次发热。
2. 烧后转入咳嗽期,持续时间长。
3. 成人以咽部症状为重,伴头痛和周身不适。
4. 传染性强。
5. 血常规检查多显示白细胞总数不高,粒细胞比例偏高,快速CRP多显示略高或者正常!愈后差,多半痰多不易咳出。
6. 一半以上伴呕吐或者腹泻。
7. 易造成心肌受损。

解读2: 治疗流感,远离这些误区

近期,北京儿童医院、首都儿科研究所附属儿童医院等医院的内科、儿科门诊量爆棚。医生在接诊过程中发现,不少患儿家长存在就诊误区。

误区1 扎堆就医

孩子一旦生病,家长爱集中就诊,而冬季患儿增多,就诊等候时间难免会延长。其实,患儿家长可以在正规医院就近就医。

误区2 频繁就医

专家提醒,不管何种原因引起孩子感冒发烧,应先观察再就医,频繁就医反而增加了交叉感染的机会。如果孩子表现异常,精神状态不好,嗜睡、烦躁交替,甚至出现神经系统症

状,如抽搐等,则应尽快就医。

跟很多疾病一样,感冒发烧也需要一个痊愈过程,一般首次就诊3天后,孩子出现新发症状或原有症状明显加重,需再次前往医院就诊。

误区3 延误就医

孩子感冒发烧,有的家长认为,盖着厚被子捂着睡一觉,发发汗就能退烧,不用着急去医院。

对此,专家指出,捂汗是通过体温升高,被动地出汗,再降低体温。对于孩子来说,发烧时捂汗可能造成更严重的后果。捂得特别厉害可能会引起一种叫“捂热综合征”的病,使孩子出现抽风、昏迷,严重的还会出现呼吸心跳停止,甚至导致死亡。

重获清晰视觉,欢度新春佳节

1月14日,爱尔眼科“白内障专家面对面”岁末回馈

年关将至,家人团圆,本是家中长辈一年中最开心的时刻,很多老人却因为身患白内障导致视力下降,原本幸福美满的生活质量大打折扣。通过手术摘除人眼内已经混浊的晶体,植入新的多功能人工晶体,才能让已经模糊的视力重新恢复清晰。

很多患者认为,白内障手术必须要等“熟透了”才能做,这是手术技术和设备落后的年代流传下来的误解,而且白内障晚期还易引发青光眼等其他更严重的眼病。其实,只要白内障视力下降影响到正常生活,即可考虑白内障手术。爱尔眼科引进的飞秒激光白内障手术技术,是国际上治疗白内障的最新

“利器”,手术“无刀”更精确,不仅能治疗白内障,还能同时解除老花、近视、散光等多种问题,大幅提升术后视觉质量。

为帮助更多白内障患者了解和治疗白内障,1月14日上午9点,衡阳爱尔眼科医院举行“告别白内障,开心过大年——新年喜乐会”,眼科医生现场讲解白内障防治知识,参与活动即可领取2018新年福袋及术前检查5折优惠,现场预约白内障手术享受岁末回馈,最高优惠5000元!诚邀老年朋友及家属报名参加。

报名热线: 8239955
18974738806

啤酒5个不为人知的功效

自公元前6000年被巴比伦人发明以来,啤酒就深受人们喜爱,如今已成为继矿泉水后,世界销量第二的饮品。但是啤酒除了用于节庆和解渴的特性外,还有其他意想不到的治疗功效。盘点啤酒5个不为人知的功效。

1. 促进睡眠

一些研究证明,啤酒花含有蛇麻素,具有镇静作用,这种成分同时有抗抑郁的功效。

2. 利尿

如果啤酒花可以对肾脏造成影响的说法没有科学依据,那喝啤酒使体内的液体

摄入量同样可以促进肾脏的运作。

3. 促进心脑血管健康

事实上,所有酒精饮料中含有的乙醇都会降低人体胆固醇含量。它同样也能有效降低会造成肥胖的二型糖尿病等疾病的患病率。

4. 促进骨骼发育

啤酒对于骨骼发育有良好的促进作用。啤酒中富含硅和植物雌性激素,它会促进骨组织生长,从而防止某些疾病,如骨质疏松症。

5. 防溃疡

2003年德国的一项研究表明,啤酒可以抑制体内细菌生长,从而防止胃溃疡。

不过,医生也警告消费者,因为啤酒同样是某些疾病的成因,过量饮酒会增加其他疾病的患病率。所以啤酒作为一种含酒精饮料,消费者还是应适度消费。

