

甲流竟然也会导致白肺 这些群体千万别大意

流感引起“白肺”常见吗?

甲流也会引起重症肺炎(俗称“白肺”),多见于老年人、儿童、孕妇和有基础疾病等高危人群。

不管是甲流乙流还是新冠病毒感染,都有可能引起“白肺”,每年也都有因流感病毒感染导致大白肺住入ICU的患者,但是发病率并不高。流感是自限性疾病,不过如果患者免疫力低下,年龄较大或有严重基础病感染后就有导致流感肺炎的可能性。

流感什么情况下需要及时就医、用药?

面对流感高发,上海瑞金医院儿科医生余熠提醒,孩子有发热、呕吐等症状时,及时就医明确病因,同时居家休息,既有利于宝贝康复,又可避免更大范围的传播流行。以下情况,建议及时就医及用药:

1、儿童是易发生并发症的高危人群,如5岁以下、肥胖以及患有慢性呼吸道疾病、心血管疾病、肾脏疾病、肝脏疾病等基础疾病者,可以尽早用药以缓解症状。

2、当有明确的流感患者接触史且出现流感样症状时,建议及早使用奥司他韦和按需给予解热镇痛药治疗。

3、若孩子服药后症状无明显缓解或出现精神萎靡、咳嗽加重、呕吐腹泻等症,必

须及时就医。

4、流感患者服药5天仍有较明显症状或服药过程中出现症状反弹者,建议再次就诊,排除继发感染或其他并发症的可能。

5、对于1岁以上、有重症流感高危因素的儿童,流感患者密切接触后48小时内,可以遵医嘱进行药物预防。

在症状不重的情况下在家如何调理?

对于绝大多数人来说,流感都是自限性的,大概7天到10天左右就会慢慢好起来。即使不用特效的治疗药物,只要注意休息、注意营养,过了一段时间,自己就会好,没有必要用药干预。临床上,关注的主要还是高危人群,防止重症的发生。

但如果出现高热持续不退,轻微活动后就出现呼吸困难,甚至其他明显的症状,比如剧烈咳嗽、氧饱和度明显下降、神智意识改变等情况,应该及时去医院就诊。

感染流感后,何时排毒量大、传染性强?

流感病毒主要通过呼吸道分泌物飞沫传播,也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。

常见潜伏期为1~4天(平均2天),从潜伏期末到发病的急性期都有传染性。一般感染者在临床症状出现前24~48小时即可排

出病毒,排毒量在感染后0.5~1天显著增加,在发病后24小时内达到高峰。

甲流自发病后5天内均可从鼻涕、口水、痰液等分泌物排出病毒,传染期约1周,发病初期2~3天传染性最强。甲流以空气飞沫传播为主,其次是通过病毒污染的饮食器皿、毛巾等间接传播,密切接触及在空气不流通的空间内气溶胶也是传播流感的途径。

出现感冒症状有必要做甲流抗原检测吗?

广州医科大学附属市八医院感染病中心首席专家蔡卫平3月8日对人民日报健康客户端记者表示。“如果12月~1月这段时间感染过新冠病毒的人,现在出现发热、头疼、全身肌肉酸痛或者腹泻,十有八九是流感。”

流感跟感冒的最大差别是:流感以发热、肌肉酸痛、头疼等全身症状为主,感冒以上呼吸道症状为主(如打喷嚏、流涕、咽干等),发热很轻。如今是流感流行季节,出现流感症状,排除新冠就可以临床诊断为流感。抗原检测阳性往往滞后,抗病毒治疗宜早,不需要等待抗原结果。没有感染过新冠的人如果出现相关症状,可以两种抗原都检测一次。

流感的感染高峰什么时候过去?

上海市肺科医院呼吸与危重症医学科副主任医师胡洋表示,这很难进行预测和判断。胡洋进一步解释,之所以难以预测,是因为流感整体的流行规律已经被打乱。过去三年里,因为疫情我们一直戴着口罩,就会使人们身体里面对于流感病毒的抗体有所下降。不同的人下降的程度不一样,所以不能按照既往的流感流行的规律来判断现在起始的时间和结束的时间。

感染过新冠是不是不易感染流感?

新冠感染与流感之间无交叉免疫保护作用,近期感染过新冠的人,对流感并不能起到保护作用。大家一定要注意做好个人防护,在人群密集的地方要戴好口罩,外出回家要洗手,常开窗户多通风。老人和儿童是呼吸道传染病的主要受害者,如果出现流涕、发烧、头痛等症状,要密切观察,千万不要以为流感不严重,麻痹大意,如果症状加重,一定要及时就医,防止演变成肺炎或重症。

科普之窗

主办:绛县科学技术协会



县疾控中心发布流感健康提示

流感是冬春季易发的由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,具有潜伏期短、传播速度快、传染性强等特点。主要临床表现为发热,体温可达39~40℃,头痛、畏寒,多伴全身肌肉关节酸痛等全身症状。在此,绛县疾控中心温馨提示:

一、做好个人防护

坚持佩戴口罩,做自己健康第一责任人。日常注意保持手卫生和咳嗽礼仪等良好卫生习惯。保持居所清洁通风,对门把手、扶手等重点部位定期清洁与消毒。在流感流行季节,尽量避免去人群聚集场所,避免接触有呼吸道症状的人员。

二、坚持健康生活

注意均衡饮食,多吃新鲜的水果蔬菜,保证充足的睡眠,多饮水,增强体育锻炼。若出现呼吸道症状,应居家休息,进行健康观察,不带病上班、上课;尽量避免近距离接触家庭成员,如须接触时应佩戴口罩;谨遵医嘱,合理规范用药,如出现症状加重的情况,应及时前往医院就诊。

三、加强集体单位健康监测

学校和托幼机构应加强校内晨午检和全日观察。出现流感样病例时,需告知家长立即就医,确诊后居家隔离至康复,减少疾病传播。如发生聚集性疫情,应配合落实各项防控措施。

四、尽快接种流感疫苗

接种流感疫苗是预防流感最经济、最有效的方法之一。对于尚未接种流感疫苗的孕妇、老年人、慢性病患者、低龄儿童等重点人群,尽快进行接种,仍能起到很好的预防保护作用。

·故乡水韵·

沸水濂波景依然



沸水濂波是绛县的十大景之一,明、清的《绛县志》均有记载。此景点位于绛县城西北10多公里处绛山脚下的沸泉村。只见汩汩的泉水,从一个席面大的石孔中涌起一个个蘑菇似的水泡,如同煮沸的开水,锵然有声,淙淙作响。这响声像剪刀一样划破了笼罩在沸水河畔那层薄薄的雾幕,曙色从树木的缝隙间尽情流泻进来,铺展在河面上,沸水进珠溅玉,闪金耀银。紧临沸水源头的绛县虹鳟鱼养殖试验场内五光十色的鱼儿,如同养在深闺中的山妮,她的羞涩与芬芳,本真与健康,无不在骄傲地向行人显示着其生存环境的得天独厚,别具一格。

沸水在起伏不平的山石河床上自南而北奔流而去。忽而如烈马脱缰,咆哮着直冲下去。忽而又似绿绸抖动,荡漾着轻柔的涟漪。明万历年间时任绛县知县的黄维翰吟诗赞曰:“洪炉鼓铸漾金波,蛟杼风梭袅碧罗,好景不随流水逝,到来吾欲挽天河。”

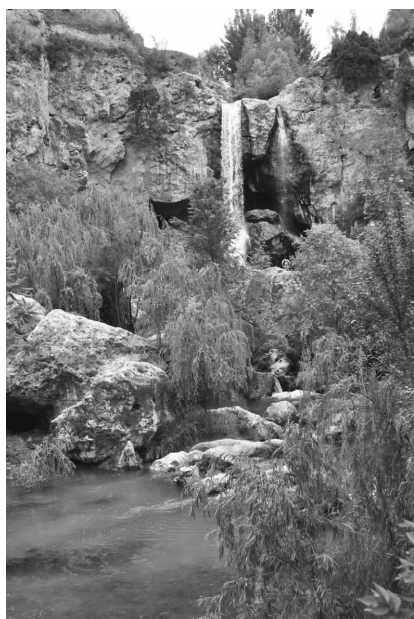
沸水因其景美让人陶醉,沸水更因其凄美的传说令人倾倒。相传很久以前,这里住着一名叫绛娃的后生,每天砍柴打猎,练就一身好武艺。他有个妹妹叫绛姑,心灵手巧,缝得一手好针线。兄妹俩相依为命,勤劳度日。不料祸从天降,当地有个大财主病

得快咽气时,派人将绛姑抢走,说是给自己冲喜消灾。绛娃打柴回来,得知此讯,不由火冒三丈,趁天黑跳进财主后院,破窗而入,救出了妹妹。兄妹俩便心急火燎地向沸泉东边的深山逃去,走得又饥又渴,却舍不得水壶里仅剩的一点水,吃口袋里仅存的半块饼,

想留到万不得已时救急。忽然他们发现一块大青石旁边躺着一个气息奄奄的白胡子老汉,便毫不犹豫地和水和饼子喂进老人口中。老人苏醒后,感动地说:“谢谢二位救命之恩,以后有什么难事,就在这青石上敲三下,我会帮助你们的。”话音落地,老人却不见了。兄妹俩知道碰着了神仙。后来,那财主死了,兄妹俩返回沸泉,恰遇大旱之年,土地干裂,庄稼枯萎,百姓们在炎炎火热之中煎熬。绛娃兄妹想到白胡子老人的话,就跑到东山那块青石旁边,敲了三下,果然,白胡子神仙飘然而至。兄妹俩告知实情,老人掂着胡子沉吟半晌说:“你们居住处就有海一样大的水,只是有毒蛇把守,难以接近。”绛娃兄妹说:“只要能为大家找到水源,困难再大也不怕。”老人送他们一副弓箭,嘱咐道:“打死毒蛇,就能找到一把金钥匙,打开石闸,放水救灾。”兄妹俩按老人所指方向找到毒蛇,绛娃嗖地一声,手起箭飞,直刺毒蛇双眼,又抽出宝剑,将蛇斩作数段。随即一把金光闪闪的钥匙呈现在面前,他们捡了起来,仔细观看,不免困惑,原来钥匙上有一行字,说是必须用一少女的心血浸泡,方可开闸。哥哥尚在茫然中,妹妹却大义凛然地说:“只要能以一人之死换

取万人之生,小妹愿以心相献。”言毕,持剑刺入胸膛,含笑闭上双眼。绛娃用经过绛姑热血浸泡的钥匙打开沉沉的石闸,刹那间,一股泉水飞溅着串串晶莹的珍珠,涌流而去,滋润了干枯的庄稼,拯救了在生死线上挣扎的百姓。打那以后,人们便把这股泉叫作沸泉,把沸泉所依山脉称为绛山。

最壮观的当数沸水濂波的奇景了。只见在百米高的悬崖上,沸水如同十万匹骏马奔腾咆哮,把厚重的岁月撞开一道道口子,汹涌澎湃哗啦啦而下,似闪电,像吼雷,把沸水的绝美泼洒得淋漓尽致。花开花落,时过境迁,美景不变,依然动人。正如清人张铃在《咏景明》一诗中云:“微气散青烟,飞流喷白雪。楼台起参差,树森掩碧罗。水潺人语隐,岩峭鸟飞绝。竟日临不倦,适与心神悦。”



·健康你我他·

绛县疾控中心宣

美丽 尧王故里晋旧都
BEAUTIFUL JIANGXIAN 绛县