

近期,我区流感已进入高发阶段,各地医疗机构门急诊的流感相关就诊量持续上升,咳嗽、高烧、肌肉酸痛等症状频发,给群众的身体健康带来不小影响。为有效筑牢流感防控屏障,切实保障群众生命健康,记者专程采访了自治区疾控中心专家及社区卫生服务中心医护人员,为大家送上一份科学全面的防护指南。

文/图记者 范怡早

“预防+诊疗”双重举措

我区构建一体化综合防控体系应对流感

核心 | 流感发病48小时内 提示 干预效果最佳

11月21日上午,拉萨市城关区吉日街道社区卫生服务中心内,不少市民带着孩子前来就诊,诊疗秩序井然。“仅今天一上午,我们门急诊就接诊了20余名流感相关患者。”该中心助理医师达娃卓玛介绍,流感患者普遍表现为咳嗽、高烧、精神不振、肌肉酸痛等症状,部分患者还会伴有头痛、乏力等不适。

患儿卓玛(化名)正依偎在妈妈怀里,与往日的活泼判若两人。据其母亲讲述,孩子不仅全身肌肉酸痛、咳嗽剧烈,体温还烧到了38.9℃,于是赶紧带孩子来医院就诊。达娃卓玛接诊后,根据症状初步判断为甲流,随即开具甲流试剂检测盒进行检测,结果显示阳性。针对病情,医生为卓玛开具了磷酸奥司他韦颗粒和布洛芬混悬滴剂,并特意叮嘱:“疗程为5天,5天后要带孩子回来复检,通常7到8天后无异常就能复学了。”

达娃卓玛着重强调,流感治疗的关键窗口期是发病48小时内,在此期间接受规范治疗,能显著提升治疗效果、缩短病程。她同时提醒,普通感冒与流感部分症状相似,极易混淆,必须精准鉴别才能对症治疗。此前有位患儿德卓(化名),出现流涕、鼻塞、打喷嚏、无精打采等症状,自行用药后未见好转,家长便带其前来就诊。达娃卓玛为孩子开具血常规化验单,经检测确认是普通感冒,仅需对症治疗即可缓解。

记者走访发现,除吉日街道社区卫生服务中心外,拉萨市各大医院及部分诊所的流感就诊量均呈攀升趋势。自治区疾控中心传防所副所长马啸介绍,近年来我国流感季节性流行病毒以甲型H1N1为主,而当前流行季则以甲型H3N2亚型为主要毒株,同时存在甲型H1N1和乙型流感共同流行的情况。从我区监测结果来看,上半年以甲型H1N1亚型为主,近期甲型H3N2亚型占比明显上升,已成为当前主要优势毒株。



市民正在医疗机构做雾化。



市民正在医疗机构就诊。

疫苗接种 | 流行季前接种效果最优 重点人群优先

与就诊量同步上升的还有流感疫苗接种量。在吉日街道社区卫生服务中心计免科,市民央吉(化名)正陪母亲接种流感疫苗:“我妈妈患有慢性疾病,接种疫苗能有效避免流感引发其他基础性疾病。”

该中心计免科负责人琼吉介绍,自10月10日启动60岁以上老年人流感疫苗接种工作以来,截至目前已完成接种500余人次,其中60岁以上人群近400人次。为方便特殊人群接种,中心还提供上门服务,累计上门接种35人次,并持续为市民提供接种咨询服务。

值得一提的是,拉萨市城关区政府



市民带着儿童在医疗机构排队就诊。



市民正在接种流感疫苗。

科学应对 | 认清流感特征 做好防护不慌张

“随着气温降低,急性呼吸道疾病进入高发期,流感活动水平也明显上升。”马啸表示,从监测数据来看,11月以来我区报告的流感病例数较去年同期有小幅上升,其中拉萨市、日喀则市的上升态势相对明显。

谈及流感传播特点,马啸介绍:“流感患者和无症状感染者是主要传染源,最主要的传播途径是呼吸道飞沫传播,比如感染者说话、打喷嚏、咳嗽时产生的飞沫都可能传播病毒。”他补充,病毒还可能通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触感染。

针对当前防控工作,马啸表示,我区一方面在持续推进流感疫苗接

种,另一方面加大呼吸道疾病防控知识宣传教育。“面对当前流行态势,自治区疾控中心已提升流感监测预警和应急响应能力。”他进一步解释,依托医防融合、信息共享、联防联控机制,疾控中心从监测预警环节发力,构建起多点触发、协同联动、高效运作的一体化综合防控体系。该体系会对全区流感活动进行动态监测预警和风险评估,若学校、托育机构等重点场所出现聚集性流感苗头,将及时通报属地疾控机构,便于迅速开展流行病学调查和处置。

如何区分流感与普通感冒?马啸给出了明确方法:若出现高热、咳嗽、咽

痛、肌肉酸痛、乏力等症状,尤其是密切接触过流感病例后,大概率是感染了流感;而普通感冒一般无明确传染源。从症状来看,流感起病急、症状重,多为38.5℃以上高热,除呼吸道症状外,还伴有明显头痛、肌肉酸痛、乏力等全身症状;普通感冒多为低热或中等程度发热,部分人不发热,症状相对较轻,主要以鼻塞、流涕、打喷嚏为主。

马啸最后强调:“一旦出现流感样症状,建议居家休息观察,不要带病上班、上课,接触家人时要佩戴口罩,减少疾病传播。若发现病情加重,需尽快前往医院就诊,就诊时患者和陪护人员都要戴口罩,避免交叉感染。”