

进入流感季，如何对付流感？攀枝花市中心医院专家告诉您

院党办

2020-10-12原文



秋冬季
是呼吸道疾病高发季节
气温降低有利于流感等病毒的存活和传播
**最近我院呼吸与危重症医学科
门诊病人量就有所增加**

目前，全球新冠疫情此起彼伏
今年秋冬季
存在新冠疫情与流感等呼吸道传染病
叠加流行的风险
为此，季节性流感防控工作的重要性更加突出
今天我们就重点来关注『流行性感冒』

什么是流行性感冒？

流行性感冒（简称流感）是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病，严重危害人群健康。

流感病毒其抗原性易变，传播迅速，每年可引起季节性流行，在学校、托幼机构和养老院等人群聚集的场所可发生暴发疫情。每年流感季节性流行在全球可导致300万-500万重症病例，29万-65万呼吸道疾病相关死亡。



2

流感的症状

◆ **单 纯 型**
最为常见，先有畏寒或寒战、发热，继之全身不适、腰背发酸、四肢疼痛、头昏、头痛。大部分患者有轻重不同的打喷嚏、鼻塞、流涕、咽痛、干咳或伴有少量黏液痰，有时有胸骨后烧灼感、紧压感或疼痛。发热可高达39~40℃，一般持续2~3天渐降。部分患者可出现食欲缺乏、恶心、便秘等消化道症状。年老体弱的患者，症状消失后体力恢复慢，常感软弱无力、多汗，咳嗽可持续1~2周或更长。

◆ **肺炎型**

本型常发生在两岁以下的小儿，或原有慢性基础疾病，如二尖瓣狭窄、肺心病、免疫力低下以及孕妇、年老体弱者。其特点是在发病后24小时内可出现高热、烦躁、呼吸困难、咳血痰和明显发绀。

◆ **中毒型**

较少见，临床表现为高热不退，神志不清，成人常有谵妄，儿童可发生抽搐。少数患者由于血管神经系统紊乱或肾上腺出血，导致血压下降或休克。

◆ **胃肠型** 主要表现为恶心、呕吐和严重腹泻，病程为2~3天,恢复迅速。



流感**主要通过呼吸道飞沫传播**，也可通过口腔、鼻腔、眼睛等处的粘膜直接或间接接触传播，易感者与患者近距离密切接触也可受到感染。



对付流感关键在预防

流感流行虽还未真正开始，但目前**要做好预防工作**。

流感病毒最大的特性就是变异较为频繁，因此到目前为止还不能有效控制和治愈。所以，**对付流感的关键是预防**。



流感如何预防？

1.接种流感疫苗是预防流感最经济有效的一种手段

在中国流感季主要是10月至次年5月，疫苗在流感流行前尽早接种，**最好在10月底前完成免疫接种**；对10月底前未接种的对象，整个流行季节都可以提供免疫服务。同一流感流行季节，已按照接种程序完成全程接种的人员，无需重复接种。

孕妇在孕期的任一阶段均可接种流感疫苗，建议只要本年度的流感疫苗开始供应，可尽早接种。

流感病毒经常发生变异，故而每年流感疫苗的成分也会有所不同。**每年接种流感疫苗是预防流感最有效的措施。**



2.必要的防护措施也能有效预防流感等呼吸道传染病

01

保持良好的呼吸道卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻；今年5月我们科普过咳嗽礼仪，请戳链接



你可知道，咳嗽也有“礼仪”？

02

勤洗手，尽量避免触摸眼睛、鼻或口；

03

均衡饮食，适量运动，充足休息等；

04

避免近距离接触流感样症状患者，流感流行季节，尽量避免去人群聚集场所；

05

注意饮食营养性，多吃新鲜蔬菜和水果；

06

出现流感样症状后，患者应居家隔离观察，不带病上班、上课，接触家庭成员时戴口罩，减少疾病传播；

07

尽量不要到人群密集、通风不良的公共场所活动；

08

流感样症状患者去医院就诊时，患者及陪护人员要戴口罩，避免交叉感染；

09

患上流感时应戴口罩，与他人分餐进食。



关于流感疫苗

疫苗简介

我国现已批准上市的流感疫苗有三价灭活流感疫苗(IIV3)、四价灭活流感疫苗(IIV4)和三价减毒活疫苗(LAIV3)，IIV3包括裂解疫苗和亚单位疫苗，IIV4为裂解疫苗，LAIV3为减毒疫苗。根据国家药监局网站和疫苗批签发信息，2020-2021季节有9家厂家供应流感疫苗。本季节供应流感疫苗的厂家及其产品信息见表1。

表 1. 2020-2021 年度国内批签发的流感疫苗类型、规格

厂家	疫苗类型	规格
三价灭活疫苗		
华兰生物疫苗有限公司	裂解	0.5ml/0.25ml
深圳赛诺菲巴斯德生物制品有限公司	裂解	0.5ml/0.25ml
长春生物制品研究所有限责任公司	裂解	0.5ml/0.25ml
上海生物制品研究所有限责任公司	裂解	0.5ml
北京科兴生物制品有限公司	裂解	0.5ml/0.25ml
中逸安科生物科技股份有限公司	亚单位	0.5ml
大连雅立峰生物制药有限公司	裂解	0.5ml/0.25ml
三价减毒活疫苗		
长春百克生物科技股份公司	减毒活疫苗	0.2ml
四价灭活疫苗		
华兰生物疫苗有限公司	裂解	0.5ml
长春生物制品研究所有限责任公司	裂解	0.5ml
江苏金迪克生物技术有限公司	裂解	0.5ml
北京科兴生物制品有限公司	裂解	0.5ml
武汉生物制品研究所有限责任公司	裂解	0.5ml

数据来源：中国食品药品检定研究院
(<https://www.nifdc.org.cn/nifdc/fwzn/ppjqf/index.html>)

接种剂量

1. 6月龄-8岁儿童：首次接种或既往接种2剂次以下流感疫苗的6月龄-8岁儿童应接种2剂次，间隔 ≥ 4

周，对IIV（流感病毒灭活疫苗）或LAIV（减毒流感活疫苗）均建议上述原则；2019-2020年度或以前接种过2剂或以上流感疫苗的儿童，则建议接种1剂。

2. 9岁及以上儿童和成人：仅需接种1剂。

■ 接种对象

流感疫苗安全、有效。原则上，接种单位**应为≥6月龄所有愿意接种疫苗且无禁忌证的人提供免疫服务。**

往年，我国推荐孕妇、6月龄-5岁儿童、60岁及以上老年人、慢性病患者等流感高风险人群和医务人员为优先接种人群。结合今年新冠疫情形势，为尽可能降低流感的危害和对新冠疫情防控的影响，推荐按照优先顺序对重点和高风险人群进行接种。**具体建议如下：**

1. 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。新冠肺炎大流行期间的流感疫苗使用，应优先考虑保护医务人员。医务人员接种流感疫苗既可预防个人因感染流感导致工作效率低下或缺勤影响医疗机构运转，又可有效避免传染流感给同事或患者，保障和维持医疗机构的正常接诊和救治能力。

2. 养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工。

对以上人员接种流感疫苗，可降低此类集体场所聚集性疫情发生的风险，减少新冠疫情排查难度和工作量，同时降低老年人群罹患流感及感染后发生严重临床结局的风险。

3. 重点场所人群。

托幼机构、中小学校的教师和学生，监所机构的在押人员及工作人员等是容易发生流感和新冠暴发疫情的重点场所，对此类场所人群接种流感疫苗，可降低人群罹患流感风险和流感聚集性疫情的发生，减少新冠疫情排查难度和工作量。

4. 其他流感高风险人群。

包括 60 岁及以上的居家老年人、6 月龄 - 5 岁儿童、特定慢性病患者、6 月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员、以及孕妇或准备在流感季节怀孕的女性，降低此类高危人群罹患流感及感染后发生严重临床结局的风险。

注意：接种疫苗前请先咨询社区卫生服务机构或乡镇卫生院，疾控中心不接种疫苗。



文图：院党办

编辑：院党办

参考：中国流感疫苗预防接种技术指南（2020-2021）

攀枝花市疾病预防控制中心官网



扫码关注我们
获取更多信息

精选留言

暂无...