



高烧40℃，眼睛发红 当心这个病毒！

06
株洲日报

健康

周刊

2024年1月11日
星期四
责任编辑:罗玉珍
美术编辑:王玺
校对:谭智方

“甲流刚好，又中招乙流！”

医生 有相应的抗病毒药物 越早治疗效果越好

继甲流之后，乙流又受到公众关注。近日，微博话题#孩子甲流刚好又中招乙流#冲上热搜。在社交媒体上，有患者表示，“乙流是王中王，全身疼到骨头缝里都疼”。还有患者表示，乙流一晚上就发高烧。

国家流感中心近日发布的最新一期《流感监测周报》显示，此前占据传播优势的甲流H3N2毒株比例大幅下降，乙流毒株占比出现了大幅的上升，那么，什么是乙流，又要如何预防呢？

乙流和甲流啥区别？

甲流、乙流具有相似的传染性，但甲型流感由于其遗传变异的能力，更容易导致严重的流行。当然，每个人感染后的具体症状和病程因个体差异而异。乙流的特点是起病急、变化快，并伴随畏寒和发热症状。体温在几个小时至24小时内可能就会迅速升高，达到39℃~40℃，甚至更高。同时，乙流往往还伴有其他症状，比如头痛、全身酸痛、乏力、食欲减退。呼吸道症状较轻，比如咽干、咳嗽、干呕等。有时可能伴有呕吐、腹泻。实际上，甲流和乙流的临床症状差别不大，很难根据临床表现去鉴别，每个人感染后的具体症状和病程因个体差异而异，还是需要配合检验来诊断。及时接种流感疫苗，对预防这两种类型的流感都是重要的。

刚得过甲流，还会感染乙流吗？

甲流和乙流是流感的两种不同亚型，不具备交叉免疫机制。感染甲流或乙流后，如果患者体质相对弱，那么依然有机会感染另一种亚型的流感病毒。一般来说，一年内感染同一种亚型流感病毒的可能很小。比如，感染A(H3N2)亚型的甲型流感病毒后，患者身体会具备该型病毒的免疫力，那么一年内再次感染同类型病毒的概率就小。但是，由于甲型流感病毒很容易变异，没有接种过疫苗的人群，就有再次感染其他亚型甲流病毒的可能。

为什么感染后会骨头疼？

其实不管是此前的新冠，还是甲流、乙流，都有些人出现骨头疼的症状。中南大学湘雅三医院呼吸内科副主任医师林桦曾在“有来医生”刊文解释，由鼻病毒、腺病毒、流感病毒等致病菌感染引起的上呼吸道感染性疾病，患者可出现全身酸痛、乏力等。当致病菌进入人体后会破坏免疫力，同时释放炎症介质，如前列腺素等，炎症介质会随着血液循环遍布全身，当作用于骨头时，会导致患者出现骨头疼的情况。此外，致病菌可引起骨骼肌痉挛、收缩，如果刺激到周围中枢神经，部分患者也会出现骨头疼的情况，因此会骨头疼。

医生：出现暴发概率率低

首都医科大学附属北京佑安医院感染综合科主任李侗曾提到，“相对来说，甲流更容易引起流感病例高发，传播速度也更快，乙流出现暴发概率低，传播也相对慢。”虽然乙流症状上比甲流稍轻微一些，但儿童乙流更容易有呕吐、腹泻的消化道症状，治疗方式也是一样的。

武汉协和医院感染科副主任赵雷表示：“乙型流感以人传人为主，传染性要弱于甲流，随着乙型流感占比不断上升，可能会形成优势传播的情况，并且还会持续一段时间。一般当达到感染高峰后，感染数量会开始逐渐下降。”“甲流和乙流的临床症状差别不大，很难根据临床表现去鉴别，还是需要配合检验来诊断。一些家长担心医院检测的时间比较长，就在家自行带孩子检测，但部分家长标本采集的过程是不规范的，可能出现‘假阴性’的情况，从而耽误了治疗。”杭州市儿童医院门诊部副主任赵伟介绍，甲流和乙流有相应的抗病毒药物，越早治疗效果越好，还是建议带孩子来医院检查，结合血常规进行诊断。

同时，医生特别提醒，乙流由病毒引起，我们平常用的青霉素、头孢等抗生素是针对细菌的药，对乙流是没用的，所以不建议大家一发烧就擅自用抗生素。

医生告诫：感染乙流后2件事不要拖！

如果不慎感染乙流后，应该怎么办？多位医生提醒：感染乙流后，有2件事不要拖！

1. 尽早服抗病毒药，不要拖。

胡洋医生提醒，乙流和甲流在治疗上二者没有区别，主要是用抗病毒药物，可以缩短病程。服药需尽早，服药晚了要么就自己好了，要么转成重症，疗效就大大降低。李冉提醒，对于有肺部基础病，或者有免疫缺陷的患者，糖尿病患者、肥胖的患者、孕妇、包括透析的患者等人群，建议尽快到医院就诊。

2. 一定要及时休息，不要拖。

2023年12月，浙江杭州市第一人民医院接诊的一位14岁的乙流患者，短短一个多月的时间里，她把支原体肺炎、甲流、乙流都轮流了一遍。医生表示，短期内重复感染支原体、甲流、乙流与免疫力低、没有恢复休息好有关。“一般短期内重复感染跟这段时间呼吸道免疫功能下降有关，近期我们接诊的重复感染的患者中，很多都是即将参加中高考的学生，本身比较劳累，免疫功能下降，病情就容易反复。”1月7日，杭州市第一人民医院感染科主任金浩介绍。还有的孩子生病后没有好好休息，很快投入到学习状态，此时免疫力还没有恢复，也容易出现反复感染。

来源：中新网、人民日报健康客户端

最近又有一种病毒感染了一大批人，尤其孩子中招最多，让家长非常担心。感染这个病毒发烧可能持续一周多，它不是流感也不是合胞，这次困扰家长的是：腺病毒。

对于腺病毒，经历过的家长们表示：令人揪心！腺病毒到底是个什么病毒？感染后真会这么严重吗？

腺病毒是什么？

腺病毒是一种没有包膜的DNA病毒，是儿童急性呼吸道感染性疾病最常见的元凶之一，可引起儿童发热、咳嗽等症状，还可能引起咽结膜热、角膜炎、结膜炎、胃肠炎和腹泻等疾病。腺病毒感染潜伏期一般2~21天，平均3~8天，潜伏期末至发病急性期传染性最强，传染源包括有症状的感染者和无症状的隐性感染者。腺病毒是一个“大家族”，迄今为止，全球已发现114个腺病毒型别，可归为A-G共7个种。腺病毒感染后，由于感染的病毒型别不同，症状表现也有较大差异，从无症状或症状较轻，到引起呼吸道、胃肠道等多个脏器症状的自限性疾病，也是临床中以无症状、重症、致死率较高为表现的一种疾病。怎么理解这段话呢？简单点就是：感染腺病毒，最终导致的症状表现并不一定相同。

感染后有什么症状？

腺病毒可能会导致人体出现发烧、咳嗽、流鼻涕等所谓的“感冒”症状。

少部分患儿临床表现重，肺炎并发症多，重症病例容易遗留慢性气道和肺疾病，比如腺病毒肺炎。除了上述这些呼吸道感染症状，腺病毒还可以造成胃肠炎、泌尿系感染，以及结膜炎等多种疾病。总的来说，腺病毒感染是目前造成婴幼儿肺炎死亡和致残的重要原因之一，需要家长高度重视。

腺病毒高发年龄和传播途径是？

高发年龄：普通腺病毒感染最常发生于5岁之前的儿童，2岁以内是发病高峰，孩子符合这个年龄段的家长，尤其要提高警惕！

由于婴幼儿及学龄前儿童免疫系统发育尚不成熟，缺乏相应的腺病毒保护性抗体，一旦感染腺病毒，比成人更容易出现重症感染和死亡。

传播途径：腺病毒的常见传播途径有飞沫传播、接触传播、粪口传播三种。

腺病毒感染全年均可见，它可以在世界各地一年四季传播，拥挤的环境、不良的卫生习惯更易引起感染流行。

还有一点需要格外注意，腺病毒还可以通过水传播，如腺病毒污染的游泳池水，可引起结膜炎甚至发烧、腹泻等症状，也称“游泳池热”。此前就有过相关报道，乐山一游泳馆140多个孩子游泳后高烧，多名孩子被检测出腺病毒阳性。

5岁以下儿童更易感

腺病毒的传染性强，虽然人人都可能被传染，但最常见的是5岁以下儿童，其中6个月~2岁的婴幼儿尤其容易感染。

需要注意的是，患慢性基础疾病和免疫功能受损者，如器官移植者、人类免疫缺陷病毒感染者、原发性免疫缺陷者等，也容易发生重症，应提高警惕。

在感染初期，患儿通常没有明显

症状。不同型别的腺病毒感染导致的症状不尽相同。

● 呼吸道感染

患儿通常会持续高热，体温多在39℃以上，退热后很快复升；重症患儿高热可能会持续1~2周，部分患儿体温甚至超过40℃，呼吸困难多始于病后3~5天，伴全身症状，精神萎靡或烦躁，食欲不振、面色苍白或发灰，甚至出现抽搐。扁桃体有分泌物；咳嗽，肺部可有喘息声。

● 胃肠道感染

患儿容易出现稀便或水样便，也可出现呕吐、发热等症状。少数患儿腹泻可持续数月。

● 眼部感染

患儿表现为眼部刺痛、角膜炎、结膜炎等，轻症有自限性，出现角膜混浊时可能会延长病程，但一般不会对视力造成永久性伤害。

对因治疗，对症用药！

腺病毒感染具有自限性，目前尚无特效药物，也没有疫苗。轻症患儿确诊感染腺病毒后，主要是对症药物治疗。

少部分患儿可能因多种原因发展成重症，重症腺病毒感染的最典型病症就是腺病毒肺炎，也是婴幼儿肺炎中最严重的类型之一，严重可致命。

6月龄以下的孩子感染腺病毒，容易引发重症。有以下症状表现时，需要尽快就诊：

- 3个月以下的婴儿，出现38℃以上的发热；
- 3~6月龄的婴儿，发热超过38.9℃，或体温不超过38.9℃，看起来很舒服；
- 6月龄到2岁的儿童，不明原因发热超过38.9℃，且超过24小时没有退烧。

其他年龄段儿童，出现以下疑似重症症状时，也需要尽快就诊：

1. 年龄较长的儿童，发热持续超过72小时没有好转趋势；
2. 精神状态异常或出现抽搐、惊厥；
3. 持续呕吐，或拒绝摄入任何液体，超过6小时没有小便；
4. 出现皮疹；
5. 有耳痛、腹痛、头痛等不舒适的情况；
6. 呼吸急促、呼吸困难。

加强护理，做好预防！

其实不只是腺病毒，近期高发的流感、肺炎支原体、呼吸道合胞病毒感染等呼吸道传染病，都可以用下面的方法来预防：

1. 外出回家，饭前便后，一定要使用流动的清水洗手；
2. 咳嗽或打喷嚏时需要用胳膊或者纸巾遮住口鼻，尽量不要用手遮挡；
3. 避免和他人共用杯子、餐具；
4. 如果家人有发现感染腺病毒，则需注意做好隔离和消毒工作，比如患者接触物品应该用含氯液消毒，使用物品煮沸消毒；
5. 注意避免患者与孩子接触；如果孩子感染腺病毒，尿不湿等用品可用塑料袋扎紧、密封后再丢弃，其他生活用品也应注意消毒；
6. 少去人多的地方，去人多的公共场所时一定要记得戴口罩。虽然腺病毒易感染儿童，但是老人和免疫力比较低的大人也不能放松警惕。如果发现反复高热，甚至高烧不退的情况，一定要及时就医，不要硬扛。

本文原载“湖北省妇幼保健院”微信公众号



公益广告



做好防护 远离病毒

——株洲市卫健委 株洲日报宣

设计/王玺