

流行性感感冒的预防和治疗

□许建文

流行性感感冒(简称流感)是流感病毒引起的急性呼吸道感染,也是一种传染性强、传播速度快的疾病。流感主要通过空气中的飞沫、人与人之间的接触或与被污染物品的接触传播。流感的典型症状为急起高热、全身疼痛、显著乏力和轻度呼吸道症状。一般冬春季节是流感高发期,所引起的并发症和死亡现象非常严重。

冬季是流行性感感冒的高发季节。冬季气温低,机体的抵抗力也会下降,儿童、老年人、慢性病患者更容易感染流感,医院的儿科、呼吸科门诊就诊患者激增,住院部也是人满为患。

症状

流感不同于普通感冒,比普通感冒的危害性要大得多。流感之所以危害性大,主要由流感的特点所决定。

流感具有流行性。一个人患了感冒不可怕,休息几天,吃点药就会好起来;如果一个县,甚至一个省,有很多人感冒了,会影响社会生活等。

流感的症状比普通感冒严重,且流感的病程也比较长,需要1周才能好起来。

流感还会引起多种疾病,如病毒性脑炎、气管炎、肺炎、心肌炎等比较严重的疾病。

流感与普通感冒不太容易区别,主要有以下特征。

一、流感冬春季节多发,若周围有很多人罹患流感,而自己又出现感冒症状,就应该高度怀疑罹患流感的可能。

二、流感的症状比普通感冒要严重一些,除了有鼻塞、打喷嚏、流鼻涕等普通感冒的症状外,很多患者主要症状为发热、头痛、肌肉痛和全身不适,体温可达39摄氏度~40摄氏度,可有畏寒、寒战,多伴有全身肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等全身症状,常有咽喉痛、干咳、胸骨后不适等。颜面潮红、眼结膜充血。较大的儿童会诉说身上疼痛,而3岁以下的婴幼儿常表现为哭闹不止、不吃奶、不吃奶,有部分婴幼儿会出现精神极度萎靡,总想睡觉。还有部分儿童以呕吐、腹痛、腹泻为特点,常见于感染乙型流感的儿童。

流感的主要病因有病毒感染、免疫力下降。

流感病毒有4种类型,分别是甲型、乙型、丙型、丁型。

流感病毒是甲型流感病毒甲型H1N1(一种RNA病毒,属于正黏液病毒科),甲型H3N2(一种由黏病毒引起的呼吸系统疾病,可以通过狗、鸡、鸭等的呼吸道传播,患者多表现出普通流感的症状,有时会出现腹泻和呕吐,严重者会继发肺炎和呼吸衰竭,甚至死亡),还有部分是乙型流感病毒感染。

免疫力是人体自身的防御机制,是人体识别和消灭外来侵入的任何异物,处理衰老、损伤、死亡、变性的自身细胞以及识别和处理体内突变细胞和病毒感染细胞的能力。人免疫力降低时,不能有效阻止细菌侵入,容易感冒生病,感染流感病毒。

流感病毒经常会发生变异,不好防疫,人们普遍都是流感病毒易感人群。随着人们生活水平的提高,交通越来越便利,交往的圈子就大了起来,当流感在一个地方发生时,非常容易传播到其他地区。

病因

治疗

人们若出现流感症状,最好到正规医院就诊。普通病例医生通常会建议在家休息,同时给予对症治疗和抗病毒药物治疗。

一、对症治疗。高热患者可进行物理降温,或应用解热药物。咳嗽、咯痰严重者要应用止咳祛痰药物。

二、抗病毒治疗。抗流感病毒治疗时机为发病48小时内,可减少流感并发症,降低住院患者的病死率,缩短住院时间;发病时间超过48小时的重症患者,依然能从抗病毒治疗中获益。抗流感病毒药物为门诊常用的奥司他韦和扎那米韦,住院患者和严重病例可以采用帕拉米韦治疗。奥司他韦:成人每次75毫克,每

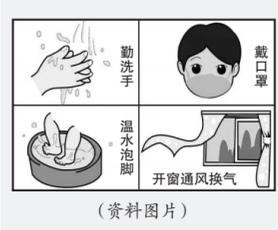
预防

预防流感应从平时做起。注意加强锻炼,多休息,避免过度劳累,不吸烟,勤洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻和口(手卫生是预防传染病感染的“万金油”),注意个人卫生,打喷嚏或咳嗽时捂住口鼻;保持室内清洁,空气流通,应每天开窗换气两次,每次至少10分钟,尽量少去空气不流通的场所,尽量不要到医院探视高热不退或肺炎患者,如果一定要探视时必须戴医用口罩,出现流感症状及时就医。一旦患病,应尽早隔离,保持房间通风,佩戴口罩,多休息,多饮水,应在医生的指导下治疗和用药,避免盲目或不恰当使用抗菌药物,合理使用退热药物,尽早使用抗病毒药物,以减轻症状,减少并发症,缩短病程,降低病死率。

三、一般预防措施。保持良好的个人卫生习惯是预防流感等呼吸道传染病的重要手段,主要措施包括:增强体质和免疫力;勤洗手;保持室内清洁,空气流通,应每天开窗换气两次,每次至少10分钟,少去空气不流通的场所;尽量减少到人群密集场所活动,避免接触呼吸道感染患者;保持良好的卫生习惯,咳嗽或打喷嚏时,用纸巾、毛巾等遮住口鼻,咳嗽或打喷嚏后洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻或口;出现呼吸道感染症状后应在家休息,

等。当家人或密切接触的亲戚朋友刚被诊断为流感,而自己还没有出现流感症状,最好及时口服奥司他韦,连续服用3天,这一点对老年人和孩子都是很有必要的。

二、药物预防。药物预防不能代替疫苗接种,只能作为没有接种疫苗或接种疫苗后尚未获得免疫能力的重症流感高危人群的紧急临时预防措施,可使用奥司他韦、扎那米韦



(资料图片)

剂不建议用于重症患者或有并发症的患者。

普通流感多于发病3天~4天后发热逐渐消退,鼻塞、打喷嚏、流鼻涕、头痛、肌肉痛、关节酸痛、乏力、食欲减退等全身症状逐渐好转,但咳嗽、体力恢复常需1天~2周。

除了奥司他韦,患者也可以用中成药治疗流感。常用的中成药有金花清感颗粒、连花清瘟胶囊(颗粒)、清开灵颗粒(口服液)、疏风解毒胶囊、银翘解毒片(颗粒)、桑菊感冒片等,儿童可选用儿童抗感颗粒、小儿豉翘清热颗粒、小儿肺热咳喘颗粒(口服液)、小儿咳嗽灵颗粒(口服液)等。

及时就医。

一般的流感患者不需要住院输液治疗,当患者出现一些严重症状时就要及时安排住院治疗。流感容易合并一些严重疾病,如肺炎、脑炎、心肌炎、休克等,其中肺炎是流感最常见的并发症,其他并发症有神经系统损伤、心脏损害、肌炎、横纹肌溶解综合征和脓毒性休克等也会有很严重的后果。

每年冬春季是流感病毒的活跃期,尤其是每年的12月到来年3月是流感的高发期。

(作者供职于新乡医学院第三附属医院)



请扫描二维码了解详情

每周一练

(蛋白质、细胞、血液)

一、蛋白质生物合成不需要的物质是

- A.氨基酸 B.DNA(脱氧核糖核酸) C.mRNA(信使核糖核酸) D.核蛋白体 E.多种蛋白因子

二、遗传密码的特点不包括

- A.简并性 B.方向性 C.通用性 D.连续性 E.一致性

三、静息状态下K⁺由细胞内向膜外扩散属于

- A.单纯扩散 B.载体介导的易化扩散 C.通道介导的易化扩散 D.原发性主动转运 E.继发性主动转运

四、神经末梢释放神经递质的方式是

- A.主动转运 B.经通道易化扩散 C.经载体易化扩散 D.单纯扩散 E.出胞

五、关于细胞静息电位的论述,不正确的是

- A.细胞膜处于极化状态 B.静息电位主要是由K⁺内流形成的 C.静息状态下细胞膜对K⁺通透性增高 D.细胞在静息状态下处于外正内负的状态 E.静息电位与膜两侧Na⁺、K⁺泵的活动有关

六、动作电位的传导特点

- A.呈单向传导 B.呈双向传导 C.呈衰减性传导 D.电位幅度越大,传导越远 E.刺激越强,传导越远

七、兴奋性是指

- A.机体或组织对刺激发生应激的特性 B.机体或组织对刺激发生反应的特性 C.机体或组织对刺激产生适应的特性 D.机体或组织对刺激引起反射的特性 E.机体或组织对刺激引起内环境稳态的特性

八、在神经-骨骼肌接头处,消除乙酰胆碱的酶是

- A.腺苷酸环化酶 B.ATP酶 C.胆碱酯酶 D.单胺氧化酶 E.Na⁺-K⁺依赖式ATP(三磷酸腺苷)酶

九、用阈下刺激即可诱发心肌细胞产生期前收缩的兴奋性周期时相是

- A.绝对不应期 B.相对不应期 C.低常期 D.局部反应期 E.超常期

十、血清与血浆的主要不同点是前者不含

- A.钙离子 B.球蛋白 C.白蛋白 D.凝血素 E.纤维蛋白原

十一、血浆胶体渗透压决定于

- A.血浆总蛋白含量 B.红细胞数目 C.血浆球蛋白含量 D.血浆白蛋白含量 E.血浆氯化钠含量

十二、血液凝固的本质是

- A.纤维蛋白的溶解 B.纤维蛋白的激活 C.纤维蛋白原变为纤维蛋白 D.血小板的聚集 E.凝血因子II的激活

十三、内源性凝血途径的始动因子是

- A.因子II B.因子X C.因子IX D.因子III E.因子VII

十四、通常所说的血型是指

- A.红细胞膜上的受体类型 B.红细胞膜上凝集素的类型 C.红细胞膜上凝集原的类型 D.血浆中凝集原的类型 E.血浆中凝集素的类型

上期答案(1月16日)

一、D	二、D	三、E	四、C
五、A	六、D	七、E	八、E
九、A	十、E	十一、D	十二、B
十三、E	十四、A	十五、B	

救死扶伤 容不得半点马虎

通讯员 王梦梦

对于医生来说,知识来源于临床实践,技术来源于患者用生命相托的信任,信任让医生拥有了获得丰富临床经验的机会。面对这样的重任,我们从不曾有半点的马虎、松懈。

为了不辜负患者所托,新郑市人民医院解放路院区各科室紧密与上级医院相结合,大力开展新技术、新业务,并邀请国外专家来院会诊、手术。该院通过“引进来、走出去”的方式,不断提升医疗技术水平,让患者足不出户就能享受国内先进的医疗技术。

同时,新郑市人民医院解放路院区医技科还与全院44个临床医技科主任签署了《2019年医疗质量与安全目标管理责任书》,为科室制定关键的质量与安全指

标,由科室每月对完成情况进行自我评价。医务科每月进行质量督导,并在质控简报上对相关指标完成情况进行公示。

除此之外,为了加强院科两级质量管理体系建设,充分发挥临床一级质控管理组织作用,确保医疗管理质量安全,新郑市人民医院解放路院区根据原国家卫生计生委《医疗质量管理办法》和该院《医院质量管理专员管理办法》的相关要求,特组织对临床科室153名2019~2021年度科级质控员进行为期4天的专题质量管理培训。这对进一步落实《医疗质量管理办法》,建立健全医疗质量管理人才培养与考核机制,提升医疗质量管理队伍的科学化、规范化、标准化,提高医疗质量、

保障患者安全起到了积极的推动作用。

医疗的核心是医疗质量和安全,在确保医疗质量和安全的同时,还要保证技术的规范性,技术水平的高低也决定着医院的实力。为此,新郑市人民医院解放路院区在发展过程中高度重视科研工作,出台政策鼓励医务人员深入研究,主动服务新郑百姓,为攻克更多医学难题而不断进取。

近日,根据中共新郑市委、新郑市人民政府《关于表彰2018年度科技星火计划项目的通报》,新郑市人民医院解放路院区有7项新技术获得新郑市科学技术进步奖。

新郑市人民医院解放路院区在对内做好医疗质量管理,保障

医疗安全的前提下,始终秉承全心全意为患者服务的理念,坚持“医者父母心”的原则,无论患者家庭贫富、地位高低,始终把患者生命安全放在第一位。当遇到患者家属不理解时,我们总是不厌其烦地耐心做好解释工作。不管工作有多累,我们都坚

持每天下班前检查患者,掌握他们的病情变化。这些看起来微不足道的小事,却是保障患者生命安全的一道屏障。

我们始终相信,只有不断提高医疗服务质量,提高医疗技术水平,才能真正地服务好患者,才能真正赢得患者的信任。

我们始终坚持,只有不断提高医疗服务质量,提高医疗技术水平,才能真正地服务好患者,才能真正赢得患者的信任。

我们始终相信,只有不断提高医疗服务质量,提高医疗技术水平,才能真正地服务好患者,才能真正赢得患者的信任。



新郑市人民医院

新郑市人民医院

新郑市人民医院

新郑市人民医院

新郑市人民医院

新郑市人民医院

新郑市人民医院

新郑市人民医院

新郑市人民医院

“防艾知识进万家”答题抢号活动开始啦! 答题抢号 免费专家号 奇芝堂健康礼品 中医骨病检测项目 主办:河南省卫生健康委员会

多功能红外线灸疗床 Multi-functional Infrared Moxibustion Bed 国家专利, 艾灸专业设备 专利号: ZL 2016 2 1384826.3 督灸 火龙灸 周天大灸 现代科技与传统中医完美结合 大艾健康 生生不息

承建医用洁净工程:手术室、产房、ICU(重症监护室)、NICU(新生儿重症监护室)、供应室空气净化工程。 承建医用防辐射、介入手术室与医用气体(氧气、负压)工程。 资质:装饰一级,机电二级,电子智能化二级,二类医疗器械生产许可证,二类经营备案。 河南中博医用设备有限公司 联系人:寇经理 13283848688 地址:郑州市高新技术开发区西三环路289号