

流感流行季来临 请及时接种疫苗

石市已开展接种工作,市民可就近进行疫苗接种

每年的10月份至次年的3月份,是流行性感冒等呼吸道传染病的高发季。记者从石家庄市疾控中心目前的监测情况了解到,整体流感仍处于低流行状态,预计随着气温下降,流感发病强度会逐渐增加。对此,石家庄市疾控中心防控专家提醒,市民应尽早预约和接种流感疫苗,安心度过流感季。



市民接种流感疫苗。

□文/图 本报记者 李惶 赵晓华

流行性感冒是一种急性呼吸道传染病

在位于市庄路上的一家社区医院,记者见到多位正在等待接种流感疫苗的市民。“几年前,我因为得了流感,最后严重到自己的心脏病加重,后来医生就建议我及时接种流感疫苗。”在接种现场,76岁的刘先生说道,“秋冬季我特别容易感冒,一感冒就需要输液打针。这两三年开始接种流感疫苗以后,感冒次数明显减少了。而且即使患上了感冒,也不会像之前那么严重了,基本不用输液,吃点药就痊愈了。”刘先生说道。

“流行性感冒简称‘流感’,分为甲、乙、丙、丁四型,是由流感病毒引起的一种传染性强、传播速度快的急性呼吸道传染病。流感病毒抗原性易变,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易发生。”石家庄市疾控中心流行病防治科张亚茹说道。

张亚茹说,流感发病率高,人群普遍易感。主要通过患者打喷嚏和咳嗽等呼吸道飞沫传播,也可以通过手接触口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。

记者了解到,患上流感后患者会出现发热、头痛、全身肌肉关节酸痛以及食欲减退、乏力等全身症状,还会伴有呼吸道等症状,如咽喉痛、干咳、鼻塞、流涕等,体温可高达39℃—40℃。“此外儿童患流感后的发热程度往往要高于成人,患乙型流感时恶心、呕吐、腹泻等症状也较成人更为多见。”张亚茹解释说,患上流感后,大多数人是可以自行康复的,但对于婴幼儿和患有基础性疾病的老年人来说,情况就不是那么乐观了。

流感和普通感冒的区别要了解

那么和普通感冒相比,流感有哪些症状呢?对此,张亚茹说,大家要清楚流感不等同于普通感冒。

“以前觉得自己年轻,身体好,免疫力强,什么病毒都不怕。谁想到前年那场流感把我给折腾坏了,一个冬天都

没有好利索,一直咳嗽。”29岁的张女士说,前年秋冬季节交替之时,自己感冒了,起初以为只是普通感冒便没当回事,没想到越来越严重,最后被医生告知患上了流感。那次之后,张女士便决定把注射流感疫苗作为自己每年必做的事。

对此,张亚茹解释说,流感和普通感冒最大的区别是病原体不同。流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,而普通感冒是由鼻病毒、冠状病毒、腺病毒等病原体引起的。普通感冒患者主要表现为打喷嚏、流鼻涕等上呼吸道感染症状,全身症状较轻,不发热或仅有低热,一般3—5天可自愈。而流感患者一般全身症状较重,如出现头痛、肌肉酸痛、关节疼痛等症状,此外还表现为突然畏寒、发热、鼻塞、流涕、干咳、胸痛、恶心,严重时并发肺炎等。

“为此,除了保持良好的个人卫生习惯外,还建议5岁以下儿童,特别是2岁以下婴幼儿、孕妇、65岁及以上老年人、慢性病患者、医务人员等重点和高风险人群及时接种疫苗,以减少感染或降低感染后疾病的严重程度。”张亚茹建议道。

接种流感疫苗是预防流感的有效手段

卢女士的儿子今年6岁,上一季流感流行时中了招,高烧一度烧到39℃,折腾了一个多星期才好。为了防止孩子再次中招,鲁女士决定带孩子接种流感疫苗。“不光是我们,幼儿园不少家长也决定带孩子去接种流感疫苗,这段时间幼儿园的家长群里,家长们基本都在商量着带孩子接种流感疫苗的事宜。”卢女士说道。

石家庄市疾控中心免疫规划科李青园说,从研究数据来看,接种流感疫苗能够将流感的发病和住院风险减少一半以上,如果在学生人群中开展大规模流感疫苗的集中接种,可使流感聚集性的疫情发生风险降低90%。

“因为通常接种流感疫苗2—4周后,可产生具有保护水平的抗体。为保证受种者在流感高发季节前获得免

疫保护,市民应尽早进行接种流感疫苗。切记,接种比不接种好,早接种比晚接种好。”李青园说,接种疫苗是预防传染病有效的措施,也是预防传染病优先选择的措施。接种流感疫苗可以使患病、重症和死亡风险大大降低,还可以避免合并感染所引发的严重并发症。

此外,李青园还建议,人体对感染流感病毒或接种流感疫苗后获得的免疫力会随着时间衰减,衰减程度也会因人而异。在不断变异的流感病毒面前,为保证接种人群获得最大程度的保护,即使去年接种过流感疫苗,仍建议在当年流感高发季节来临前进行接种。对于在同一流感流行高发季节,已按照接种程序完成全程接种的人员,则无需重复接种。

为保证受种者在流感高发季节前获得免疫保护,我市在流感疫苗到货后,均已开展接种工作,市民朋友可前往就近接种门诊进行接种。”李青园说道。

接种流感疫苗前需要做健康状况核查

“流感疫苗受种者在接种前需要配合预防接种工作人员的询问,做健康状况和接种禁忌的核查,例如对疫苗中所含任何成分过敏者或曾有过流感疫苗接种后严重过敏史者,是不可以接种的。”李青园说,对于一些患有急性疾病、严重慢性疾病或慢性疾病的急性发作期以及发热患者,则建议痊愈或者病情稳定后接种。

此外,如果市民在患病过程中不确定自己是否能接种,可电话咨询接种门诊或由医生评估后再确定是否接种。需要特别注意的是,在接种完成后,需在现场留观至少30分钟,无不适后再离开。

那么除了接种疫苗,还有哪些科学手段可以预防流感?李青园也给出了建议,每年接种流感疫苗是预防流感的有效手段,可以显著降低接种者罹患流感和严重并发症的风险。奥司他韦、扎那米韦、帕拉米韦等和巴洛沙韦等是甲型和乙型流感的有效治疗药物,早期尤其是发病48小时之内应用抗流感病毒药物,能显著降低流感重症和死亡的发生率。抗病毒药物应在医生的指导下使用。

温馨提示

日常防护可采取以下措施,可以有效减少流感的感染和传播:

- 1.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;
- 2.勤洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻或口;均衡饮食,适量运动,充足休息等;
- 3.避免近距离接触流感样症状患者;
- 4.流感流行季节,尽量减少去人群聚集场所;
- 5.一旦出现流感样症状,应居家休息,进行健康观察,不带病上班、上课,接触家庭成员时戴口罩,减少疾病传播;
- 6.如发现病情进行性加重,则应尽快去医院就诊,患者及陪护人员要戴口罩,避免交叉感染。
- 7.市民可前往就近预防接种门诊进行预约接种(门诊信息可登录石家庄疾控微信公众号首页进行查询,也可下载冀时办App查询)。

悦读

从订阅一份《燕赵晚报》开始

为老人找寻一个漫步夕阳的伙伴
为孩子捧上一盏点亮人生的明灯
为家庭注入一缕恬恬淡淡的墨香

全年订价336元 优惠价298元
咨询电话:88629333



订报赠送价值966元大礼包