

巴州疾控中心(卫生监督所)  
预防疾病 保障健康 服务人民

联办



甲流来了——

## 守护耳鼻喉,助孩子平稳度过流感季

当前我国天气已经进入初冬,呼吸道感染、鼻病毒感染以及流感等急性呼吸道传染病总体呈上升趋势,呼吸道传染病流行季已来临。疾控部门对各地流感活动实时开展监测预警和风险评估,今年流感的优势毒株为甲型H3N2,不仅传播力强,同时还具有抗原变异性的特点。

H3N2毒株“强势回归”,对上呼吸道黏膜(即耳鼻喉区域)具有极高的亲和性与破坏力,许多患者表现为严重的急性鼻炎症状,如鼻塞、大量的清水样或黏脓性鼻涕,这源于病毒对鼻黏膜的猛烈攻击,导致血管充血、通透性增加和腺体分泌亢进;有的患者感染后引发严重的急性咽炎和喉炎,感到喉咙如刀割样剧痛,严重者出现喉头水肿,导致声音嘶哑、咳嗽呈“犬吠样”,甚至呼吸困难;由甲流继发的急性中耳炎病例,在儿童中显著增加。

感冒是“鼻喉的事”,而甲流是“全身的事”

区分普通感冒和甲流,要牢牢记住:感冒是“鼻喉的事”,而甲流是“全身的事”。

普通感冒的孩子可能流鼻涕、打喷嚏、喉咙有点不舒服,但精神尚可,还能玩耍、吃饭。而感染甲型流感的孩子会突然表现出“病来如山倒”的衰弱感,核心特征是“精神萎靡”和“全身症状”。

从发病速度来看,感冒是循序渐进的,通常先流鼻涕、打喷嚏,一两天后才可能出现低烧;而甲流是“闪电式”起病,孩子可能上午还好好玩耍,下午就毫无征兆地高烧起来,病情在几小时内迅速加重。

从精神状态来看,感冒的孩子虽然不舒服,但精神状态通常尚可,愿意进行一些安静的游戏;感染甲流的孩子精神极度萎靡,表现为异常疲倦、嗜睡、不爱动、不玩玩具、对周围事物失去兴趣,大一点的孩子会主动说“浑身没劲儿”“头疼”。

感冒一般不发烧或仅为低烧,没有明显的全身酸痛。但是甲流会有突发高热(常超过38.5℃甚至40℃),且伴有明显的全身肌肉酸痛、关节痛、畏寒寒战,小宝宝可能表现为烦躁、哭闹、要求一直被抱着。

流感对耳鼻喉系统可造成系列影响

患普通感冒的孩子会存在咽喉干痒或轻微疼痛、打喷嚏、流鼻涕、鼻塞的症状,通常不影响吞咽,较少并发中耳炎。

而流感不仅引发咳嗽发烧,它对孩子的耳鼻喉系统可能造成从轻微到严重的系列影响。流感病毒主要攻击呼吸道黏膜,而耳鼻喉正是呼吸道的门户和重要组成部分。

最常见的就是引发急性病毒性鼻炎,主要症状就是鼻塞、流鼻涕或脓涕、打喷嚏,还可能引发急性鼻窦炎,主要症状为鼻塞加重、流黄脓涕、头痛或面部胀痛。

对咽喉部最常见的影响就是引发急性咽炎或喉炎,喉咙剧痛、吞咽困难、声音嘶哑、犬吠样咳嗽。

对耳部最常见的影响就是引发急性中耳炎,耳痛、耳鸣、听力下降,婴幼儿则表现为揪耳朵、哭闹、烦躁不安。归纳起来,如果孩子在流感病程中,出现揪耳朵、拒绝进食、流脓鼻涕长期不愈等情况,可以怀疑并发了耳鼻喉感染,需立即就医。

对于儿童甲流,家长需要及时带孩子前往医院就诊,而非自行进行判断用药,争取在48小时黄金窗口期内启动治疗。

感染甲流后,精心呵护预防并发症

随着我国医疗体系的不断健全完善,医院对儿童甲流的治疗已经有清晰、标准化的路径。首先会进行甲流抗原检测或更敏感的核酸检测,以明确病原;同时医生会根据症状、并发症风险等对孩子进行综合评估,根据评估结果,分别选择门诊、急诊处理或住院治疗。

医院用药主要分为两大类:抗病毒药和对症治疗药。

抗病毒药物(核心治疗)是针对流感病毒本身的“特效药”,早期使用(症状出现48小时内)效果最佳,例如奥司他韦、玛巴洛沙韦、帕拉米韦等。家长需牢记的是:所有抗病毒药均为处方药,必须由医生根据孩子的体重、病情开具处方,不可自行购买使用。

对症支持治疗药物主要用于缓解症状,提高孩子的舒适度,例如退热止痛药(泰诺林、美林)、鼻部护理剂(生理盐水/海盐水鼻喷

雾)、止咳化痰药(氨溴索、乙酰半胱氨酸)以及抗生素等。

当医生确诊孩子感染甲流后,家长除了配合医院用药,精心的护理同样至关重要,是预防并发症的关键。

首先是做好隔离与休息。让孩子在自己的房间休息,避免与家庭其他成员,尤其是老人、孕妇密切接触,同时要保证充足的休息,睡眠是最好的修复剂。

其次是补水与营养。发烧和呼吸加快会带走大量水分,鼓励孩子小口、频繁地喝水、口服补液盐、稀释的果汁、清汤等。做一些易消化的流质或半流质食物,如粥、烂面条、酸奶、蒸蛋羹,孩子没胃口不必强求,水分补充优先。

要保证环境健康,每日开窗通风,保持空气新鲜,使用加湿器将室内湿度维持在50%—60%,缓解呼吸道干燥不适。

掌握“科学用药”与“精心护理”两大法宝,并时刻保持警觉,识别危险信号,您就能为孩子提供最有力的支持,帮助他们战胜病毒。(作者:黄子斌,系北京市第一中西医结合医院耳鼻喉科副主任医师)(据《中国妇女报》)

## 优质医疗资源“沉”下去 群众健康“提”上来



铁门关市人民医院护理部主任(援疆专家)郑军廷(左)在对团场医护人员进行指导。



铁门关市人民医院内科主任孟静为团场医务人员授课。

近期,铁门关市人民医院不断推动优质医疗资源下沉,通过开展一系列优质、便捷、惠民医疗健康服务,让群众在家门口就可以享受到国内其他省份省级医院专家的诊疗,切实提升群众健康需求的满意度和获得感。

医疗是群众最关切的民生。为了让团场职工群众享受到更加便捷高效的医疗健康服务,铁门关市人民医院党委书

记刘志华率先组织带领援疆专家团队走进基层团场,开展“下基层送健康”活动。

其间,铁门关市人民医院内科主任孟静、河北医科大学第二医院专家黄柳,分别以“流行性感冒诊疗与防控”“冠状动脉粥样硬化性心脏病”为题,对基层医护人员开展专题授课。课程注重理论与实践相结合,兼具前瞻性与实操性。两位专家结合丰富的临

床经验和专业知识,用通俗易懂的语言,从精准诊断与规范治疗方案,到国内外最新的诊疗技术与理念等,展开细致解读与剖析,引导基层医护人员进一步拓宽诊疗思路,提升专业理论水平。

援疆专家们还走进团场医院住院部病房,耐心细致地查阅病历、询问患者病情,并结合患者病情特点,就诊疗思路、治疗要点等对现场住院医

师进行讲解,为患者治疗提出精准化、个性化意见,让住院患者足不出户就能享受到像国内其他省份大医院一样的优质医疗服务。

此次活动得到了基层医护人员和患者的一致好评。大家纷纷表示,通过专家的现场教学和查房指导,自己对呼吸系统疾病、心血管疾病的诊疗水平有了显著提升,对今后的工作和学习充满了信心。

此次医疗健康服务下基层活动,充分发挥了医疗援疆的技术和人才优势,有效促进了优质医疗资源下沉基层,为提升基层医院在呼吸系统、心血管系统疾病方面的诊疗水平,推动基层医疗卫生事业发展注入了强大动力,也让广大团场患者在家门口享受到更优质、高效的医疗服务。

(文/吴文平 图/铁门关市人民医院提供)