

乍暖还寒的春季是呼吸道疾病的高发季节。西宁市最新的病原学监测数据显示,近期,西宁市迎来了流感高峰,流感病原体以乙流为主。随着人群免疫积累和防控措施见效,乙流感染人群将呈现下降趋势。



专家提醒:

做好防护 预防流感

本报记者 贾忠英

4月20日上午,青海省妇女儿童医院急诊科候诊区,不少前来带孩子就诊的家长正在等待叫号就诊。

青海省妇女儿童医院急诊科主任孙敬介绍,每年春季是呼吸道疾病的高发期,学龄期儿童更是呼吸道疾病的易感染人群。从3月底开始到4月17日,医院急诊内科就诊人数迎来高峰,最多的一天接诊近四百名患儿。这两天急诊科门诊人数有所下降。从近期送检的呼吸道病原体检测结果来看,乙流占比最高。

孙敬介绍,乙流和一般感冒不同的是,患者常会出现高热或超高热症状,且3天至5天的急性期降温效果不理想,急性期过后,降温效果才会明显。需要提醒的是,如果孩子出现持续超高热、剧烈咳嗽、呼吸加快或者呼吸困难,精神萎靡、嗜睡、惊厥,严重呕吐、腹泻等症状,家长应及时将患儿送到医院就诊。

她提醒,确诊为流感后,要把握48小时黄金治疗期,此时



医生为患儿检查

本报记者 贾忠英 摄

病毒复制活跃,应遵医嘱使用抗病毒药物,能尽早改善症状,还能避免高危人群(如有基础疾病的老人、孕妇、幼儿)出现更严重的肺炎、呼吸衰竭等重症;感染流感一般不需要使用抗菌素,但如果抵抗力差、在流感后期合并有细菌感染,可在医生指导下使用抗菌素;感染后应注意休息,避免做高强度运动,年轻人群谨防心肌炎等并发症发生。

4月21日,西宁市疾病预防控制中心传染病防治科科长马海滨介绍,西宁市2026年1月的病原学监测数据显示,乙型Victoria亚型流感开始逐渐显现。2026年3月11日至4月16日,西宁市迎来流感高峰,主要病原体为乙流。他分析,这主要和季节因素、人群免疫水平变化(近几年不同流感亚型交替流行,部分人群对乙型流感的群体免疫

水平偏低,加上上一季接种疫苗或感染后的保护逐渐减弱,易形成“易感人群堆积”)以及学校等集体场所人员密集、接触频繁等因素有关。这几天乙流感染人数有所下降,主要得益于人群免疫积累和防控措施见效。

乙流的潜伏期多为1天至4天,主要通过患者打喷嚏和咳嗽等飞沫传播,也可通过接触患者的口腔、鼻腔、眼睛等黏膜或被病毒污染的物品传播。孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等是重症流感的高危人群。乙流和甲流的症状差别不大,均可引起发热、头痛、肌痛和全身不适等,需要通过检测来辅助诊断。

马海滨建议,预防流感,应在人群密集场所或乘坐公共交通工具时佩戴口罩,在就医过程中要全程佩戴口罩,尤其是老年人和一些有慢性基础性疾病的患者,以减少感染风险;勤洗手、勤通风,保持良好卫生习惯,咳嗽或打喷嚏时,用纸巾、毛巾或手肘遮住口鼻,以减少病原体传播风险;均衡饮食、充足休息,增强身体免疫力。

乙流高发敲响防护警钟



本报记者 唐亚璐

近期,全国急性呼吸道传染病哨点监测数据显示,流感病毒检测阳性率已连续三周上升,流行毒株正式转变为乙型流感,儿童、老人等群体感染风险显著增加。

4月11日,记者在青海省妇女儿童医院发热门诊走访时发现,一名三岁半女童琪琪正是乙流流感患者。

“这已经是打针的第三天了,烧还没退下去。”琪琪的姥姥曹金花担忧地说。据她回忆,孩子起初只是突发嗓子嘶哑、疼痛,次日便高烧将近40℃且持续

不退,情急之下家人带孩子赶往青海省妇女儿童医院。就诊时,发热门诊的拥挤程度超出预期,候诊区座无虚席,专供扎针的穿刺室门口,队伍已经排至楼道,医护人员忙得不可开交。

为琪琪接诊的医生一边开具检查单,一边反复叮嘱:“现在发热门诊患者密集,一定要戴好口罩,做好防护,避免交叉感染。”经抽血检查,琪琪确诊为乙型流感。让曹金花没想到的是,琪琪连续三天输液后,高烧仍未得到有效控制。

记者了解到,琪琪的病情在第四天出现转机,体温恢复正常,但咳嗽、流鼻涕症状加重,因

痰液堵塞气道导致呼吸不畅,一直在持续进行雾化治疗。然而好景不长,退烧仅两天后,第五天晚上琪琪再次发烧,虽然这次发烧体温低于初期,但琪琪的精神状态极差。第六天一早,家人就赶紧带着琪琪前往翠南路的一家门诊就诊,医生开具了通便、退烧的药贴,还有抗病毒的药物及止咳药,搭配热水泡脚、温毛巾擦拭手心、脚心等物理降温方式,经过家人几天的悉心照顾,琪琪的发烧症状逐渐缓解,精神状态明显好转。

“孩子患病期间白细胞数值偏低,这是病毒感染后的正常现象,无需过度担忧,也不需要服用

相关药物。”接诊医生解释,乙流患者的白细胞指标通常会在病愈后1至2周内恢复正常。截至第九天,琪琪已经完全退烧,但仍有咳嗽症状,目前持续服用抗病毒药物和止咳药,恢复状况良好。

曹金花也结合此次经历提醒大家:“出入一定要佩戴口罩,勤洗手、多通风、规律作息,提升自身免疫力,如果出现发热、咽痛、咳嗽等类似症状,一定要及时就医,不要耽误48小时治疗黄金期,确诊是流感病毒后尽早服用奥司他韦等抗病毒药物,尤其是小孩子免疫力差,越耽误病情越重,孩子遭罪,大人看着也揪心。”

