

□本报记者 陈蔚

通常情况下,流感多在冬季高发,然而今年却在夏季迎来了流感小高峰。记者近日走访西海岸新区多家医院发现,儿科流感病例突然增多,发热门诊日接诊量较平日增加了一倍多。感染流感会有哪些症状?如何保护孩子远离流感?记者就此采访了青岛大学附属医院西海岸院区儿童呼吸心血管内科副主任管仁政。

流感病毒为啥夏季出现?

与普通感冒不同,流感是一种由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,常常突然暴发、迅速扩散。

“流感的发生具有一定的季节性,在北方,流感暴发主要是在冬春季。不过,今年夏天西海岸新区气候炎热、湿度大,这造就了某些病毒的活跃。”管仁政解释道,人感染流感病毒可以分为甲(A)、乙(B)、丙(C)三型,每一型又分很多亚型,都可能导致区域内的流

行暴发。

“除流感病例外,普通感冒、疱疹性咽峡炎的小患者也明显增多。”管仁政表示,进入暑假,一些孩子活动量减少,又整天待在空调房中,室内外温差大,免疫力下降,容易生病。

“建议家长们在使用空调时温度不要设置太低,要减小室内外温差,定期给房间通风,督促孩子进行适量的户外运动,少吃冷饮。”管仁政说道。

感染流感会有哪些症状?

“很多人会觉得流感就是‘大号’感冒,甚至把流感和感冒划等号。其实,流感的杀伤力比感冒大多了。”管仁政说。

数据显示,全球每年有300万-500万重症流感病例,重症流感病例的死亡率可达10%左右。具体到孩子,每年有大约20%的儿童会感染季节性流感。也就是说,大约每5个孩子中就有1个患上流感。其中,5-9岁儿童感染率最高。“5岁以下的孩子感染流感后,发生重症的风险较高,是流感相关住院和死亡的主要人群之一。”管仁政说。

管仁政提醒家长,要注意孩子是否出现以下症状:发烧起病急,一般烧3-5天,高烧不易退,体温达39-40摄氏度,可能会出现全身乏力

酸痛、关节痛、头痛等症状;喉咙痛,小宝宝可能表现为爱哭闹,拒绝进食;恶心、腹痛、呕吐、腹泻等消化道症状明显;干咳,没有明显的咳嗽现象;重症患儿会有反应迟钝、嗜睡、呼吸困难等症状。

以上症状,在流感患儿身上可能出现几种,但不一定同时出现。如果孩子高烧不退(3天以上),精神萎靡、剧烈咳嗽或喘息甚至呼吸困难、严重呕吐腹泻、长时间无尿或尿少等,说明病情危重,一定要及时就医。如果孩子只是高烧,但退烧后精神好,咳嗽呕吐等其他症状也不重,那也不用过分担心,说明孩子的自身免疫力是可以抵抗流感的,一定程度的发热是对孩子抵抗力的一种锻炼。

如何保护孩子远离流感?

“除了减少室内外温差、增强体质外,接种流感疫苗是预防流感病毒感染最有效的手段,可显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。”管仁政介绍,年龄在6月龄及以上,尤其是体质弱、经常罹患流感者,可以在每年的流感季之前接种流感疫苗。在流感流行高峰前1-2个月接种流感疫苗效果最佳,即每年的9-10月份是接种的最佳时机。若未及时在9-10月份接种,整个流感流行季也都可以接种——不管孩子什么时候接种疫苗,都好过没接种。

需要注意的是,流感疫苗并不是感冒“金钟罩”,流感疫苗对预防普通感冒无效,也不保证接种后100%不得流感。但作为一种最有效的预防手段,其可以大大降低得流感的风险。就算不幸“中招”,也可以减轻患者患病后的症状,降低重症

的概率。“由于接种流感疫苗后,人体所产生的抗体水平会在6-8个月后逐渐下降,加之流感病毒容易变异。所以,建议流感疫苗每年都要接种。”管仁政说。

管仁政还提醒广大家长,除了接种疫苗,保持良好的个人卫生习惯也是预防流感等呼吸道传染病的重要手段:规范戴口罩可大幅降低呼吸道感染的发生传播;勤洗手;保证通风次数每日2-3次,每次15-30分钟,开窗时注意别把孩子置于风口处;在流感流行季节,尽量减少到人群密集的场所活动、避免接触呼吸道感染患者;均衡饮食,适度运动,充足休息;发现有类似流感的症状时,应尽早就医,尤其是儿童、年长者及慢性病患者。总之,要让孩子多锻炼身体,提高抗病能力,同时做好防护,才能避免流感。

病毒不可怕 预防是关键



- 定期给房间通风,保证通风次数每日2-3次,每次15-30分钟
- 使用空调时温度不要设置太低,减小室内外温差



- 督促孩子进行适量的户外运动,少吃冷饮;每日保证饮食均衡,休息充足



- 接种流感疫苗是预防流感病毒感染最有效的手段,可显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险
- 在流感流行高峰前1-2个月接种流感疫苗效果最佳



- 保持良好的个人卫生习惯:勤洗手、规范戴口罩
- 在流感流行季节,尽量减少到人群密集的场所活动

夏季流感作乱 谨防孩子『中招』

医生建议:注意减小室内外温差、做好自我防护、及时接种流感疫苗



医讯速递

区第二中医医院 重症医学科开诊

□记者 张静 报道

本报讯 近日,西海岸新区第二中医医院重症医学科(ICU)正式揭牌开诊。据了解,重症医学科的设置和开诊是该院提高医院急危重症救治能力的重要举措,标志着该院学科建设进一步健全和完善。

据悉,重症医学科位于2号楼4楼西侧,主要负责集中收治全院各科各类危重病人。ICU实行封闭化管理,不设陪护,拥有独立的护理单元,可对病人进行精细化管理,共开放床位5张,每张床位配备多功能监护仪和中央监护系统,对病人的心率、血压、呼吸、氧饱和度等多项生命体征进行24小时动态监测。监护大厅设有空气循环通风设备及保温系统,在维持室温的同时保障空气质量。未来,该科室将以“仁和、勤勉、精诚、协作”为理念,通过严密的观察、有效的治疗和精心的护理,为患者的生命健康保驾护航。

医疗服务下基层 义诊活动惠百姓

□记者 张静

通讯员 段勇 报道

本报讯 日前,西海岸新区区立医院在健共体兰东路社区卫生服务中心举办了康复医学科开诊暨下基层义诊助力乡村振兴活动。

义诊活动现场,区立医院康复医学科的医师为就诊群众现场进行肌肉放松、关节松动等康复治疗;麻醉治疗科的医师为慢性疼痛患者进行颊针治疗,对睡眠障碍患者给予诊疗意见与建议;中医科的医师对参与义诊活动的群众逐一进行体质辨识,查找病源,并给予专科诊疗建议。

接下来,区立医院将加强与上级医院的合作,实现专科点对点的技术协作和经验交流,推进区立医院医疗服务规范化、标准化,并将持续开展义诊活动,为基层群众送健康。

当好责任第一人 筑牢医院防火墙

□记者 张静

通讯员 于展英 王超 报道

本报讯 为提高员工的消防安全意识和自救能力,近日,西海岸新区中心医院围绕“遵守安全生产法当好责任第一人”主题,举行了消防火灾应急演练。

演练模拟医院西侧停车场突发“火灾”并迅速蔓延,消防监控室值班人员发现“火情”后,第一时间发出警报;医院总指挥接到报告后,启动微型消防站应急预案,消防站队员迅速赶到“火场”,使用灭火器灭火,后利用消火栓对火势进行控制并最终成功灭火。随后,参加演练的其他人员进行了各类灭火器的实操学习,确保全员掌握灭火器的使用方法。

此次演练让区中心医院的工作人员进一步掌握了面对火情时的救援、疏散等应急处置工作,达到了预期演练效果。