



## 呼吸道疾病 進入高发季 國家衛健委 教你預防治療

隨著各地陸續入冬，呼吸道疾病進入高发季節。肺炎支原體感染、流感等交織疊加，今冬的呼吸道疾病是否有所增加？如何更好防治？國家衛生健康委昨日召開新聞發布會，請專家就社會關切熱點問題作出回應。

### 1 呼吸道疾病增多？ 發病水平总体正常

肺炎支原體感染、單核細胞增多症、流感……近期，“中招”呼吸道疾病的人似乎越來越多。北京市呼吸疾病研究所所長童朝暉介紹，其實每年冬季都是呼吸道感染高发季節。肺炎支原體是常見的呼吸道病原體之一，兒童肺炎支原體感染每3年至7年會出現周期性的流行。單核細胞增多症也是兒童、青少年常見的疾病，發病率沒有比往年增加。童朝暉表示，新冠疫情期間，由於大家採取嚴格防護措施，一些急性呼吸道疾病發病率有所下降。隨著防控進入新階段，這些呼吸道疾病的發病率回歸到新冠疫情前的水平，也是正常現象。

中國疾控中心病毒病所國家流感中心主任王大燕介紹，我國各地冬春季的流感流行季一般是从每年10月中下旬到次年3月中上旬，在1月份左右達到峰值。近期流感監測數據顯示，各地正逐漸進入流感流行季。

### 2 不少人感染新冠病毒？ 呈波動下降趨勢

互聯網上有聲音說，不少咳嗽、發燒的人是感染了新冠病毒。對此，王大燕表示，近期我國新冠病毒感染情況整體呈波動下降趨勢。今年8月下旬以來，全國報告新冠病毒感染病例數已連續10周下降，全國發熱門診、哨點醫院新冠病毒核酸陽性率均呈持續下降趨勢。

王大燕介紹，國家對新冠病毒仍在進行系統性多渠道監測，數據定期在中國疾控中心網站公布。監測數據顯示，目前全球和我国流行的新冠病毒變異株都属于奧密克戎，最近一周採樣的病毒測序結果顯示全部為XBB的亞分支，未发现生物學特性發生明顯改變的變異株。

### 3 能否自行服藥？ 建議先確認病原

出現咳嗽、發燒等症狀，建議如何用藥？

童朝暉介紹，肺炎支原體、流感病毒、新冠病毒等引起的症狀相似，可以通過抗原和核酸檢測的方式來明確病原學診斷。建議大家先確認病原，再用藥。童朝暉還表示，呼吸道病毒感染有一定的自限性，不是全都需要進行抗病毒治療，有的可以對症緩解症狀。但對於老年人、5歲以下兒童以及免疫力低下的特殊人群，建議及時就醫。

肺炎支原體感染增多，部分家

長自行車給出現咳嗽、發燒等症狀的患兒服用阿奇霉素。對此，北京兒童醫院主任醫師王荃表示，這種做法不建議，也不可取。王荃表示，近期肺炎支原體感染確實占了一定比例，但整體來說，病毒仍是兒童呼吸道感染最常見的病原，包括流感病毒、鼻病毒、腺病毒、呼吸道合胞病毒等，而阿奇霉素對病毒感染是無效的。此外，兒童的臟器功能發育都不健全，不應隨意用藥、濫用藥。

### 4 中藥如何防治？ 治療、養護相互配合

首都醫科大學附屬北京中醫醫院院長劉清泉介紹，部分地方推出了中藥治療肺炎支原體感染的方案，這里面有經典處方，也有經驗方，還有小兒推拿的治療方法。中藥治療這類疾病要早期使用，中西醫結合，比如結合中藥和推拿，可以幫助小兒更好地排痰。

劉清泉從“治未病”的角度建議：一是飲食寒熱均衡，冬季以溫熱而有營養的食品為主，飲食有規律，少食用過於辛辣刺激或過於甜膩的食品。二是適度鍛煉，尤其中老年人，大汗淋漓時喝冰水、吹涼風容易導致外感。三是睡眠充足，勞逸結合，過勞或過逸都耗傷人的正氣。

### 5 日常怎樣預防？ 衛生習慣+疫苗接種

王大燕表示，預防傳染病最有效、最經濟的方式是接種疫苗。通過接種流感疫苗，可以有效減少感染、發病和重症發生的風險。

部分呼吸道疾病沒有針對性的疫苗，對此，王大燕表示，通過掌握常見呼吸道傳染病的基本知識，在日常生活中採取科學的預防方法，能夠降低發生感染和傳播的風險。王大燕介紹，一是保持健康的的生活方式。二是養成良好的個人衛生習慣，注意手衛生、勤洗手，盡量避免習慣性觸摸眼睛、鼻、口。三是保持家庭和工作場所的環境清潔。四是老年人、兒童、孕婦、慢性病患者等高风险人群盡量少去人群密集的公共場所。

社區醫療衛生機構如何更好發揮哨點作用？北京市朝陽區崔各莊社區衛生服務中心副主任孫麗介紹，除了為轄區居民進行疫苗接種之外，社區衛生服務中心優化就診流程，開展呼吸道專科門診，急危重症向上級醫院轉診，普通常見病在基層醫院就可以進行治療。

據新華社

### 今要聞

#### 這兩位學霸 對你學好數學定有啟發



3版

### 身邊事

#### 拾荒十餘年 母親坐車前



4版

### 特約

#### 町廬一老翁 民生掌舵人



7版

CQCIE

第十二屆重慶國際文化產業博覽會

巴渝文化 傳承發展 名品展

2023/11.16-19 重慶南坪