

2月3日,多方消息证实,中国台湾女演员徐熙媛(大S)因流感并发肺炎去世,年仅48岁。当下是流感高发期。由于其中文名称为“流行性感冒”,许多人看到“感冒”两个字,以为是普通感冒在流行,因而掉以轻心。然而,得了流感可能引起严重后果,甚至会有生命危险。据世界卫生组织估计,流感每年在全球可导致300万~500万重症和29万~65万死亡。

流感和普通感冒有何区别? 为何流感可能致命?

流感并发症有哪些?

A

临床上,小于5岁、大于等于65岁,孕妇、产后2周内和有慢性基础疾病的人群都属于流感并发症高危人群。健康的中青年人流感出现并发症风险并不高,但也不能就此忽视风险。肺炎是流感最常见的并发症,典型表现是咳嗽伴呼吸困难、呼吸急促、缺氧和发热。

●肺炎类型

原发流感病毒性肺炎:流感发作3~5日后仍持续存在高热,以及有肺炎表现。通常很严重,进展可能很快,不积极干预会有生命危险,特别是有肺部或心血管疾病的人群。

继发细菌性肺炎:流感症状有所好转(包括热退)后,再次出现发热和咳嗽痰。通常出现在流感数天后(7~14天)最常见,在重症流感中约占1/3,继发金黄色葡萄球菌肺炎往往危重。

细菌和病毒混合感染性肺炎:参考以上两者,可表现为症状逐步加重,也可表现为短暂好转后加重。

●流感的这些并发症也要当心

心脏并发症:主要包括心肌缺血、心肌梗死、心力衰竭等,约占成人流感的12%。

中枢神经系统并发症:癫痫发作多见于儿童和癫痫患者,流感相关性脑病更常见于儿童,流感导致成人脑炎、脑血管意外、急性播散性脑脊髓炎和吉兰-巴雷综合征,总体上不常见。

得流感怎么办?

C

对于平素身体健康的年轻人,在流感季节,自己的小区、学校、办公场所等有流感病例,突然出现发热、咳嗽、肌痛或无力症状时,临床可以疑诊流感。

此时,可以选择自购抗原家庭检测,但受采样技术影响,阳性的准确率可能达不到预期的50%~70%,有需要明确诊断时,在1~2天内多次采样有助于提高阳性的准确率。

无并发症的流感:成人的发热和呼吸道症状通常持续约3天,随后大多会改善,完全康复可能需要10~14日(年纪大、免疫力低下恢复时间更长),部分患者的乏力症状会持续数周。

出现并发症的流感:或者有脱水(口渴、疲倦、尿少黄)、心肺功能受损、精神状态改变的情况,通常属于重症,应住院治疗。

疑诊或确诊流感时,符合以下任一情况,需要积极抗病毒治疗:

并发症高危人群:高危人群流感,无论症状轻重、病程是否超过2天,都建议抗病毒治疗。

高危人群接触者:非高危人群流感,但会接触到高危人群(比如家里有小孩、老人等),无论症状轻重、病程是否超过2天,也建议抗病毒治疗。

流感持续或重症:流感样症状持续进展,超过3天,或者出现流感并发症、重症时,建议遵循医嘱选用对应抗病毒药物及时治疗。

不属于以上三种情况,用药前先权衡利弊:病程在48小时内,可以根据自身生活、工作或学习等需要,跟医生沟通后决定是否给予抗病毒治疗。如果病程已经超过48小时,又不符合上面三点需要用药的情况,不建议抗病毒治疗。

流感和普通感冒有什么区别?

B

普通感冒通常表现为鼻涕、鼻塞明显,其他常见症状包括咽干、痒或痛,咳嗽和不适感,成人感冒很少发热或低热。咳嗽较常见,往往出现在鼻塞、鼻涕症状之后;鼻分泌物可能清稀,也可能呈脓性。

流感和普通感冒最大的差异在于其严重性。

流感和普通感冒可能出现的差异

症状	流感	感冒
发热	常见,高热(38℃以上)	少见或低热
全身酸痛	明显,肌肉酸痛严重	轻微或没有
疲劳乏力	常见,明显乏力	轻微,不明显
鼻塞、流鼻涕	偶见	常见
咳嗽	常见,可能较严重	轻微或中等
病程	1-2周,恢复较慢	3-7天,恢复较快

从症状上分辨流感和感冒,有时不会很准确,最快速、最精确的方法是病原检测。

在全球范围内,流感每年导致大量住院和死亡,属于严重的公共卫生问题。对流感掉以轻心,可能导致高危人群忽视疫苗接种或抗病毒药物的及时使用,进而引发严重后果。

例如,因忽略疫苗接种,使流感引发严重综合性疾病,导致儿童死亡;对于老年人来说,一场流感可能导致身体状况急转直下,甚至无力回天;即使是健康成年人,流感感染后可能出现剧烈的疼痛,由此会造成和引发暂时性劳动力丧失或生活质量下降。

要重视流感疫苗接种

D

流感的危害有时候很大,易引发严重并发症,对高危人群尤为致命,因此,一定要重视流感疫苗接种。

每年的9月和10月通常是接种流感疫苗的好时机,但即便在10月底前没有打上疫苗,在整个流感季都可以接种。而且,由于流感病毒易发生变异,每年流感流行株可能发生变化,因此,流感疫苗每年都要接种。

(来源:央视新闻公众号)

如何预防流感重症发生

湘雅二医院重症医学科副主任医师余波提醒,老年人、心血管病患者、慢阻肺病患者、孕妇、婴幼儿、肥胖人群感染流感后,需要积极预防严重并发症发生。当流感患者出现呼吸困难、两天及两天以上的持续高热、剧烈胸痛、意识模糊、尿量骤减等情况,一定要在家人的陪同下及时就医,以免出现器官受损、严重缺氧等情况发生。

“流感患者如果出现严重不适症状,要积极就医,以免耽误治疗。”余波提醒,流感病毒抗原性易变,传播迅速,每年可引起季节性流行。慢性病患者、老年人等重点人群每年应积极接种流感疫苗,一旦感染流感,要在48小时内服用抗病毒药物进行治疗。

“孕妇需要尤其注意防治流感,避免发生重症。”湖南省妇幼保健院急诊科主任王冬莲提醒,流感高发

季节,孕妇应尽量避免去人群聚集的地方,万一感染流感病毒,要早治疗、早用药,多喝水,及时补充电解质,增加摄入富含维生素和蛋白质的食物。如果患者出现持续高热、剧烈咳嗽、呼吸困难、严重呕吐等症状,或有脱水(口渴、疲倦、尿量骤减)、心肺功能受损、精神状态改变的情况,通常属于重症,应及时就诊,同时密切监测胎儿状况。

(据新华社长沙电)