

# 甲流乙流高发 医生支招防范



▲钟国就接受本报记者采访。  
▶医院输液区。茂名日报社全媒体记者 吴昊 摄



茂名晚报讯 记者宁钰燕 高烧、咳嗽、感冒……近期,随着气温回暖,病毒也活跃起来,不少人感染甲流未愈,又“中招”乙流? 流感来势汹汹,目前我市的就诊情况如何? 甲流与乙流如何辨别? 感染过甲流会更容易感染乙流吗? 应该如何应对? 1月5日,茂名晚报记者专门采访了广州中医药大学茂名医院(茂名市中医院)肺病科主任钟国就医生,其就当下流感高发情况和诊治、预防措施等方面做了专业的解答。

## 甲流、乙流有无区别? 感染哪类更严重?

走入广州中医药大学茂名医院(茂名市中医院)的注射室,可以看到在输液的人数不少。“目前,医院接诊的患者中,感染甲流、乙流的人数占比大约都为50%。现在普遍人群都会是易感人群,不止小孩子,很多成年人都会被感染。”广州中医药大学茂名医院(茂名市中医院)肺病科主任钟国就医生告诉记者。

他介绍说,甲型流感与乙型流感是流行性感冒的两种病毒,两者都有一定的传染性。乙流,就是由乙(B)型流感病毒引起的流行性感冒,一般有1至2天的潜伏期,出现咳嗽、喉咙痛,进而发展为发热(体温可达39至

40℃)、头痛、浑身肌肉酸痛、全身无力、食欲减退等全身症状,并伴有咳嗽、鼻塞、流涕、咽痛等呼吸道症状。在传染途径上,乙流一般通过人传人感染;而甲流因其遗传变异的能力,可通过人传人、动物传人、人传动物等多种途径传染,这也导致其流行性更强。在症状上,甲流更为严重,除了常见的呼吸道症状外,还可能导致肺炎、心肌炎等并发症的出现。

此外,钟国就还提到,因为个人体质的差异,感染过甲流后同样会有感染乙流的可能性,甚至可能出现多种病毒叠加同时感染的情况。

## 在家能否自测? 退烧后何时能返校?

“尽管甲流、乙流症状相似,但是仍需要对症下药,出现高热等症状最好及时就医,避免耽误病情。”钟国就提醒到。医院接诊时,会通过甲、乙流感病毒2项进行检测,诊断感染何种病毒,进而提供相对应的抗病毒药物。对于流感导致的高烧,一般以奥司他韦作为治疗药物。此外,医生提醒,青霉素、头孢等抗生素是针对细菌的药,对由病毒引起的乙流是无效的,所以不建议擅自用抗生素。

同时,钟国就提到,目前感染流感后,最重要是退

烧,抵抗力较好的年轻人出现高热情况后,可先选择购买退烧药服用自行退烧,若再次复烧,则应及时前往医院诊治。

临近期末,流感频发,那中小学生在退烧多久后可返校呢? 钟国就说道,因为感染后的2-3天是病毒载量最多的时期,所以至少需在退烧并让身体有所缓解之后,再根据实际情况进行返校。

## 如何预防流感?

呼吸道感染一般以飞沫、空气、直接接触等方式进行传播。钟国就提醒市民,目前流感的预防应对手段,应以物理手段的自我防御为主。

一是戴口罩。不管是否已感染流感,都应戴好口罩,避免交叉传染或感染。二是少聚集,目前仍处于流感的高发季节,应避免去往人多密集的场所;三是多开窗,平时应尽量打开窗户通风,保持室内空气流动;四是勤洗手,在打喷嚏、接触公共场所的桌椅和扶手后应用肥皂或洗手液进行洗手消毒。此外,在打喷嚏、咳嗽时,应注意使用手帕、纸巾等捂住口鼻,避免飞沫传播;日常还应适量运动、均衡饮食、保障睡眠时间,提高自身免疫力。

# “护学岗”给力,老师去信“局长信箱”表感谢



民辅警在“护学岗”护送学生过马路。  
通讯员 杨金龙 摄

茂名晚报讯 记者刘锋兰 通讯员杨金龙 “每天都能看到警察同志早早地站在学校门口,我们感到特别安心……”日前,“平安厅”茂名公安局长信箱收到一封来自且场镇中心小学李姓老师的感谢信。信上,李老师代表该校全体师生对电白公安“护学岗”的辛勤工作与无私奉献表示衷心的感谢。

据了解,且场镇中心小学周边路况复杂,上下学期间交通车流量大,人流多,为确保广大师生及家长出行安全、有序,电白公安分局且场派出所和交警麻岗中队立足辖区治安和交通实际,主动作为,联合且河义工

队在该小学附近设立了“护学岗”。每天上下学时段,“护学岗”警力和义工早早来到现场,疏导车流,引导家长和学生不在校门口聚集、扎堆,全力维护好学校门前秩序。同时,执勤民警通过设卡等方式加大对交通违法行为的劝导、打击力度。据了解,为扎实做好学校安保工作,电白公安精心组织、周密部署,采取车巡加步巡的方式加大对学校及周边重点部位、重要路段的巡逻力度,并在上下学高峰期开展护学工作,做到见警察、见警车、见警灯,提高见警率和管事率,切实维护好校园周边治安和道路交通秩序,进一步筑牢校园安全屏障。

# 高州举办创卫吉祥物暨《高凉创卫之歌》发布会

茂名晚报讯 记者张海锋 通讯员冯章 1月5日上午,高州市创卫办在瀛洲公园举行以“同唱高凉创卫歌 共建国家卫生市”为主题的创卫吉祥物暨《高凉创卫之歌》发布会。茂名市、高州市有关领导,各镇(街道)、市直有关单位人员以及市民约500人参加。

为进一步强化和扩大创卫宣传效果,营造全民参与创卫的浓厚氛围,让创卫更加深入人心,高州市创卫办设计推出具有高州地方特色和寓意的创卫吉祥物。卡通吉祥物名字取自高州创卫中的“创”和“卫”,男孩叫创创,女孩叫卫卫。高州创卫吉祥物体现了高州独特的高凉文化和精神风貌,吉祥物中的红色代表积极乐观,敢于挑战;蓝色代表梦想和希望;绿色代表自然力量和健康生活,是世界万物充满生机、希望的象征,代表了活力,代表了环保;黄色是丰收的颜色,寓意高州在建设国家卫生市的道路上积极、锲而不舍并将取得圆满成功。

《高凉创卫之歌》概括了“忠诚担当,务实为民”的高州创卫精神,道出了创卫为民、创卫惠民的创建真谛,表达了高州人民创国卫的信心决心和对美好生活的向往。歌词优美动听,节奏明快,向人们展示了一个文明健康、绿色环保、宜居宜业宜游的新高州。《高凉创卫之歌》由省人大常委会原副主任、省总工会原主席、也是高州的老领导邓维龙同志作词,充分体现了老领导对高州创卫工作的关心支持和寄予厚望。

此次发布会,还表演了丰富的节目,有健身操、舞蹈、《创卫三字经》快板表演、合唱《高凉创卫之歌》等等。节目精彩不断,赢得观众阵阵掌声。节目中开展创卫知识有奖问答活动,派发创卫宣传单张,让广大市民群众对高州创卫有了更深刻的了解。