

# 呼吸道疾病高发 专家详解如何应对

冬季是呼吸道疾病的高发季,最近一段时间,我市各大医院人满为患,患者普遍出现发烧、咳嗽等症状。那么,此次呼吸道疾病高发的原因是什么?患者该如何用药?用药时应注意哪些?我市呼吸道疾病目前发病情况如何?呼和浩特晚报记者针对以上市民关心的问题进行了调查。



医院里呼吸道患者增多

□文/图 呼和浩特晚报记者 马妍 李娟 张秋焱

## 多种呼吸道病原体叠加 医院就诊患者增多

每年冬季是甲流的高发季节,发烧、头痛、肌肉关节酸痛……“中招”的滋味可真不好受。11月28日上午,呼和浩特晚报记者来到了呼和浩特市妇幼保健院儿科诊室看到,许多带着孩子前来就诊的家长排成了长龙。

“最近感冒生病的孩子特别多,班级有十几个孩子都请假了。昨天晚上,我家孩子也出现了高烧、嗓子疼的情况,今天上午赶紧来医院就诊,希望孩子能早点康复。”市民姜女士说。

在儿科输液室里,正在进行输液和雾化治疗的孩子非常多。带着女儿来治疗的赵先生说:“女儿感冒后一直咳嗽,尝试了许多方法都没有效果,尤其晚上咳嗽得非常厉害,只能带她来做雾化治疗。”

“前段时间,我们接诊的患者以支原体肺炎居多,近期主要以流感患者居多,感染鼻病毒、呼吸道合胞病毒的患儿也不少。流感主要通过呼吸道飞沫传播,被感染者在说话、咳嗽、打喷嚏时都有可能将病毒带出体外。孩子生病后要多注意休息,多喝水、排尿,促进体内循环,使体温下降。”呼和浩特市妇幼保健院儿科的张文超医生表示。

呼和浩特晚报记者在采访中发现,不仅儿童感冒、发烧的情况较多,成年人感染呼吸道疾病的情况也在不断增加。市民陈先生因为感冒、发烧、咳嗽来到呼和浩特市第一医院就诊,在进行了相关检查后被确诊感染了甲流。“最近,同事感冒的特别多,我也被感染了。前期我自己服用了感冒药、退烧药、止咳药,但都没有作用,一直高烧不退。”陈先生表示。

在呼和浩特市第一医院儿科,每天接诊的患儿在220名左右,呼吸科的接诊量为120名左右。“近期,在接诊中遇到的呼吸道感染病例以流感为主,此外还有鼻病毒、肺炎支原体、呼吸道合胞病毒等。支原体是介于细菌和病毒之间的一种微生物,而呼吸道合胞病毒、流感病毒、鼻病毒均是儿童急性呼吸道感染重要的病毒病原。肺炎支原体感染后咳嗽较为剧烈,发热以中高热为主。如果孩子反复高热,有明显咳嗽,呼吸频率增快,或伴有喘息、呼吸困难、头痛、恶心、呕吐、腹泻等症状

须尽快就医。在疾病高发期做好防范是关键,勤洗手、戴口罩、养成健康生活习惯。家长需要准备体温计、口罩、洗手液或肥皂等物品。”呼和浩特市第一医院儿科副主任曲晓波表示,在做好疾病预防的同时,要保证充足的休息和能量摄入,保证水和电解质平衡,建议不要让孩子带病上学。居家期间需注意室内通风,保持室内清洁与卫生。根据室温变化,注意添加衣物。

“无论是孩子还是成人,要正确监测体温,正确退热,遵医嘱使用退热药,要正确的物理降温,不要包裹焔热。要遵医嘱使用祛痰药物,不建议使用强力镇咳药,要对患者使用过的物品进行消毒处理,家里有发烧咳嗽者,要戴好口罩,确保家庭通风,不要带病照顾小孩。”曲晓波医生建议。

## 阿奇霉素不可盲目使用

在出现上呼吸道疾病的患者中,很多人表示不确定自己是否患了流感,还是感染了肺炎支原体。那么患者该怎样区分?自行服用阿奇霉素是否可行?

据内蒙古自治区中医医院肺病科副主任医师佐西洋介绍,支原体只是我们常见的呼吸道病原体中的一种。最近一段时间,在临床上观察到比较常见的病原体除了肺炎支原体之外,还有新冠、甲流,其中甲流患者的比例呈上升趋势,很多病人就是普通的上呼吸道感染。大多数感染在临床上是没有明显区分的,只不过患者感染的病原量大、毒性比较强时表现出来的就是重感冒,感染病原的量少、毒性较弱时表现出来的就是轻微感冒。

最近一段时间,阿奇霉素成为热门药品,其实盲目使用阿奇霉素是误区。阿奇霉素是大环内酯类抗生素,并不适用于所有的呼吸道疾病,它针对支原体、衣原体感染的效果会更好一些。

很多人认为生病后需要进补,佐西洋医生对此表示,《黄帝内经》里提到:“病热少愈,食肉则复,多食则遗,此其禁也。”这句话的意思是,患了急性外感热病即将痊愈时,吃肉会使病情反复,吃太多会使热邪遗留,病不易痊愈。“建议患者特别是还在病情恢复期时不要急着进补,不要大量食肉,饮食上主要以清淡好消化为主,而特别是咳嗽痰多的患者更需要注意,因为‘痰’是身体里不能

被运化的水湿,过量食用肥、甘、厚、腻的食物都会增加脾胃的负担,影响其运化功能,不利于病情好转。”佐西洋医生说。

## 我市呼吸道疾病的病种有哪些

据市疾病预防控制中心传防所副所长贺刚介绍,我市呼吸道传染性疾病的统计数字主要来源于呼和浩特市第一医院、内蒙古医科大学附属第一医院、内蒙古自治区妇幼保健院等流感样病例监测哨点医院和市区内其他医疗机构的网络报告。目前,我市流感哨点医院流感样病例监测结果显示:流感检出率从第43周开始持续上升,第46周检测阳性率达25.2%,流感分型以甲Ⅰ型和甲Ⅲ型为主。新冠病毒感染低水平流行且近几周稳中有降,检出率回落到5%以下。此外,近期我市呼吸道多病原监测中肺炎支原体检出率为1.84%、呼吸道合胞病毒为1.14%,占比相对较小,非主要流行病原。疾控中心评估认为,流感已进入高发期,成为我市当前主要呼吸道传染病,全市将呈现流感病毒感染为主、其他呼吸道传染病共存的状态,与全国的整体流行趋势保持一致。

## 秋冬季节是呼吸道疾病高发期

近期流感发病数上升,混合感染病例的出现引起了市民的关注,不少人反映今年自己身边患上呼吸道疾病的人比往年多。

针对以上情况,市疾病预防控制中心传防所工作人员解释称,首先,每年冬季都是呼吸道感染高发季节,常见的病原有肺炎支原体、呼吸道病毒等,尤其是流感病毒比夏季和春季活跃,导致感染人群明显增加;其次,近3年不少人养成了戴口罩的习惯,以隐性感染为主的自然感染减少了,反而导致抵御各种病原体的能力有所降低,增加了感染风险;最后,有些传染病有一定流行规律,拿支原体来说,其每3到7年会出现周期性流行,手足口病每隔2到3年就可能出现一次流行。

## 我市呼吸道疾病发病情况平稳可控

据市疾病预防控制中心工作人员介绍,从总体来看,目前我市呼吸道传染病疫情平稳可控。这些疾病的特征和往年一样,愈后都比较好,不需要过度担心。以当前传播最广、影响最大的流感为例,虽然流感患者人数略有增加,但流感病毒类型与以往没有区别,主要还是以甲型H1N1、甲型H3N2、乙型流感为主,未出现少见的或新的病毒类型。临床上的混合感染以病毒、细菌、支原体的组合为主。儿童一般以肺炎支原体感染为主,混合常见的呼吸道病毒(如流感病毒、呼吸道合胞病毒、腺病毒等)感染。成人以呼吸道病毒感染为主,混合肺炎支原体感染或继发细菌感染。

