

# 多种呼吸道传染病流行,烟台疾控发布最新提醒: 谨防多种病原体叠加风险

本报讯(YMG全媒体记者 张革 通讯员 王朝霞 曾颖雪)冬季是呼吸道感染性疾病高发季节,肺炎支原体、流感、腺病毒、呼吸道合胞病毒等名词又一次进入大众视线。那么不同呼吸道疾病都有哪些症状?如何预防?烟台疾控中心专家对此进行了详细解答。

## 6种呼吸道疾病症状不同

### 肺炎支原体

根据我国最新《儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南(2023年版)》,肺炎支原体肺炎是我国5岁及以上儿童最主要的社区获得性肺炎,多见于5岁及以上儿童,但5岁以下儿童也可能发病。主要通过直接接触传播和飞沫传播。咳嗽、打喷嚏、流鼻涕时的分泌物均可能携带病原体。潜伏期较长,平均为2-3周。主要临床表现为发热、咳嗽可能伴有头痛、流涕、咽痛、耳痛等。发热以中高热为主,持续高热者预示病情重,咳嗽较为剧烈,类似百日咳样咳嗽,部分患儿有喘息表现,以婴幼儿多见,肺部早期体征可不明显,随病情进展可出现呼吸音降低和干、湿性罗音。

### 流感

流感病毒分为甲、乙、丙、丁四种类型,引起流感季节性流行的主要甲型和乙型流感病毒。近期监测数据显示,烟台市主要流行的流感病毒为甲型H3N2型别毒株。流感常见潜伏期为1天~4天(平均2天),相比普通感冒有四个显著特征:高烧明显(38.9℃~40℃),短时间内体温快速上升;疼痛明显,主要表现为头痛、咽痛、肌肉酸痛;疲劳乏力明显;剧烈咳嗽明显。

### 鼻病毒

鼻病毒是人类病毒中血清型最多的病毒,目前已经鉴定出超过120种。鼻病毒是引起普通感冒的主要病原体,将近半数的急性呼吸道感染是由鼻病毒感染引起。鼻病毒人群普遍易感,好发于儿童。潜伏期为12小时至5天,一般为48小时。该病可经直接接触和飞沫传播,也可经鼻、喉分泌物污染的手和物品间接传播。鼻病毒通常寄居于上呼吸道,对成人主要引起普通感冒等上呼吸道感染;对婴幼儿和慢性呼吸道疾病患者,除上呼吸道感染外,还能引起支气管炎和支气管肺炎。临床常表现为流涕、喷嚏、咽部不适、鼻塞、咳嗽、咽痛、声音嘶哑、体温不增高或略微增高,容易引起的并发症有鼻窦炎和中耳炎。可与儿童肠道病毒、肺炎支原体等混合流行感染。

### 肺炎链球菌

肺炎链球菌是一种能够长期黏附定植于人类上呼吸道表面而不引起任何临床症状的细菌,它是引起侵袭性疾病(脑膜炎、菌血症/败血症、伴有菌血症的肺炎等)和非侵袭性疾病(肺炎、中耳炎和鼻窦炎)的主要病原体,常见肺炎中50%以上是由肺炎链球菌引起。婴幼儿和中老年人,特别是65岁及以上的老年人由于自身免疫力相对较差,极易被肺炎链球菌“盯上”。慢性肝炎、慢性心脏病、糖尿病等慢性疾病患者和免疫功能低下人群也是易感染人群。

### 腺病毒

腺病毒感染主要在冬春季流行,容易在幼儿园、学校中暴发流行。一般来说,腺病毒感染主要通过呼吸道飞沫、眼分泌物,经呼吸道或接触传播;肠道感染主要通过消化道传播。腺病毒感染的典型症状是咳嗽、鼻塞和咽炎,同时伴有发热、寒战、头痛和肌肉酸痛等,临幊上可能还会出现咽喉炎、咽结膜热、肺炎等表现。另有部分型腺病毒感染引起婴儿和学龄前儿童胃肠炎,导致腹痛、腹泻,甚至肠套叠。

### 呼吸道合胞病毒

呼吸道合胞病毒是世界范围内引起5岁以下儿童急性下呼吸道感染最重要的病毒病原。呼吸道合胞病毒是一种RNA病毒,优势病毒株每年变异,易反复感染。它的传染性极强,主要通过咳嗽和飞沫及密切接触(如抚摸、亲吻感染者)传播,可以在被污染的桌面、玩具等体外存活好几个小时。感染后临幊表现差异很大,可以表现为症状轻微的上呼吸道感染或中耳炎,也可以表现为严重的下呼吸道感染。轻症及感染早期症状类似于普通感冒,会出现鼻塞、咳嗽、打喷嚏、流涕、低烧等症状。随着病情发展,严重者会出现呼吸困难或呼吸急促、喘息、烦躁不安、食欲减退等症状,甚至并发呼吸衰竭、心力衰竭等。

## 养成良好的个人卫生习惯,可以减少感染的风险

根据公众防控攻略,接种流感疫苗是预防流感的最经济、最有效的措施,可以有效减少流感感染、发病和重症风险,防止感染流感后叠加其他细菌和病毒混合感染风险。养成良好的个人卫生习惯,可以减少感染的风险。

勤洗手、讲礼仪。咳嗽或打喷嚏的时候,用纸巾、毛巾或手肘遮住口鼻,咳嗽或打喷嚏后要洗手,尽量避免用不清洁的手触摸眼睛、鼻、口。要保持家庭和工作场所的环境清洁。保持居室环境清洁,室内定期开窗通风,每日2~3次,每次至少30分钟,保持室内空气流通。避免前往人群聚集的密闭场所。老年人、儿童、孕妇、慢性病患者这些高风险人群要尽量少去人群密集的公共场所,尤其是空气流通不畅的密闭场所,减少可能与患病人群的接触机会,前往

环境密闭、人群密集场所或乘坐公共交通工具时,建议要佩戴口罩,并注意及时更换。不带病上班、上学。出现发热、咳嗽等身体不适时,应及时就医,遵循医嘱治疗,居家休息,不带病上班上学,同时疾病康复需要一个过程,尽量避免反复就诊增加交叉感染风险。家庭内有学生患病,

家人照顾患者、陪同就医时,也要戴好口罩,做好自我防护。

## 教师和学生感染流感、新冠、肺炎支原体后 不得带病上班上学

医疗机构可以通过优化和严格执行就诊流程,避免普通门诊患者、急诊患者和发热门诊患者交叉感染。开展分时预约就诊,控制门诊等公共区域就诊人员密度,引导就诊人员和陪同人员佩戴口罩。对于病情稳定的患者,采用分级诊疗措施或主动引导其在社区医院完成后续治疗,缓解医疗机构接诊压力。医生接诊时应做好健康科普,告知家长秋冬季呼吸道传染病临床特点、治疗要点和防护要求,避免家长和患儿焦虑,增加医疗机构就诊压力。加强门诊、病房等公共区域通风换气,配齐消毒、防护用品。

养老机构要注意环境卫生管理,对生活区、活动区、食堂、厕所等重点区域进行全面、彻底清扫。对房间、食堂等人员集中的场所应进行不定期空气消毒,并经常开窗保持场所内空气流通,以保证室内“微小气候”符合卫生要求,预防呼吸道传染病的发生。提倡良好的生活方式,为老人提供充足均衡的营养膳食、安静的睡眠环境和适宜的娱乐和锻炼设施,帮助老人提高抵抗力。发现老人出现发热、咳嗽等症状时,应及时就医诊治,避免参加集体活动和进入公共场所。在院内开展有针对性的预防措

施,提高免疫力。积极组织老年人接种新冠、流感、肺炎球菌等疫苗,预防相关呼吸道传染病。提倡为工作人员接种新冠、流感、肺炎球菌等疫苗,进一步减少养老机构内老年人呼吸道传染病发病风险。

学校及托幼机构应落实晨午检、因病缺勤登记和报告等制度。发现学生出现发热、咳嗽等症状时,应及时为学生佩戴口罩并与家长联系,及时就医,明确诊断后居家休息、积极治疗。教师和学生感染流感、新冠、肺炎支原体后,不得带病上班上学。保持教室、宿舍、食堂等公共场所的空气流通,做好环境清洁卫生工作,开展日常消毒,设置充足的洗手设施和洗手液或香皂等卫生用品。学校及托幼机构应开展教师、学生和家长的秋冬季传染病防控健康教育工作,考虑进入冬季后可能出现流感、新冠等其它呼吸道传染病叠加流行,健康教育内容应注重多病共防。



# 2023烟台 冬季惠民车展 12.8-10 ► 烟台国际博览中心

新车上市

新能源车

特价车型

豪车靓模

免费观展



优选看车 / 购车平台 一站式看遍汽车品牌 各区市市民可乘坐免费往返车展直通车



扫码领票

主办:烟台市汽车商会 承办:烟台国际会展中心文化产业有限公司

114 转烟台车展或 0535-6011599 常年法律顾问单位:山东鲁汇律师事务所