

# 甲流年年有,为何今年特别凶猛?

□洛报融媒记者 崔宏远 通讯员 牛然 梁靓

国家流感中心近期发布的监测周报显示,流感病毒以季节性甲型H1N1流感病毒为主,流感样病例就诊比例高于前3年同期水平。

为何今年的甲流异常凶猛?洛阳

## 近期甲流来势凶猛,和多种因素有关

“看到医院发热门诊就诊量大幅上升,会有更直观的感受。”市传染病医院副院长、河科大一附院临床实验中心主任胡新俊博士说,近期甲流流行,和多种因素有关。

流感有较明显的季节性,这段时间正处于其多发的冬春流行季,加之人们聚集的情况增多,导致感染甲流的人较2020年至2022年同期明显增多。同时,

## 我市流感仍处于流行高峰,过了这个节点将趋平缓

“目前,我市流感仍处于流行高峰。”市疾控中心传染病预防控制所所长朱鑫介绍,全市多家流感哨点医院统计数据显示,当前流感病毒以甲型流感病毒为主,流感样病例就诊比例总体明显高于过去3年同期水平。

不少读者关心:流感高峰期何时结束?对此,专家大多持谨慎、乐观态度。

胡新俊说,参照以往的甲流流行趋

## 缓解对病毒的焦虑,维持正常的身体免疫力

要预防甲流,人们还应缓解对病毒的焦虑,保持良好的心态,维持正常的身体免疫力。

河科大二附院副院长、呼吸与危重症医学科带头人张冠磊提醒,身体免疫系统正常运转,才能有效预防甲流病毒感染,即便不慎感染了,也能大大降低发病或患重症的风险。

事实上,从临床统计来看,除两岁



市的情况如何?何时才能度过高峰期?我市相关权威专家为您解答。

近期甲流来势凶猛还可能跟新冠病毒感染导致的人群免疫力下降有一定关系。

另外,人群流感疫苗接种率总体偏低,也值得注意。

市疾控中心免疫规划所所长田鹏表示,接种流感疫苗是预防流感的有效手段。不过,我国的流感疫苗接种率一直偏低,多年来维持在2%至3%的水平,我市流感疫苗接种率也不足3%。

势,以及对今年甲流流行情况的分析,一般认为在3月底、4月初,流感活动水平会逐渐下降,且北方地区通常只有冬春一个流行季。

不必“闻甲流色变”。“基本上每年都要来一次的流感,多数是甲流。”胡新俊说,它属于丙类传染病,对健康的危害程度在所有传染病中处于“垫底”的位置,及时就医、对症治疗即可。

以下幼儿、65岁以上有心肺基础疾病的老年人外,多数甲流患者都是轻症,治疗上可遵医嘱服用磷酸奥司他韦等药物,对症治疗即可。

张冠磊建议,维持正常的免疫力,需要保持良好的生活方式。对老年人来说,随着年龄增长,免疫系统功能会逐渐减弱,可以通过适当运动并补充营养来保持免疫力。

## 延伸阅读

### 建议这类人群进行流感病毒核酸检测

“有明显发热、咳嗽、全身乏力等症状的老年人和幼儿,建议进行流感病毒核酸检测。”

河科大二附院检验科副主任医师王善龙介绍,常见的流感病毒实验室检查有两种:病毒抗原检测和病毒核酸检测。病毒抗原检测是定性检测,

即只检查是否感染了流感,检查方便、出结果快。病毒核酸检测不仅敏感性和特异性更高,还可以对病毒进行分型。如果病毒抗原检测呈阴性,又无法完全排除患流感的可能,做流感病毒核酸检测能有效避免因漏诊导致重症。

## 今年的老年人免费体检开始啦!

□洛报融媒记者 曾宇凌 通讯员 耿梅

今年的老年人免费体检已经开始了,年满65岁即可参加。快到家附近的社区卫生服务机构咨询、预约吧。

每年为65岁及以上老年人免费体检一次,属于国家基本公共卫生的服务项目之一。近日,记者采访了解到,我市各区的老年人免费体检工作正有序开展,其中洛龙区基本已经全面开始。

“西工区已经有社区开始体检了,我们社区正在准备,计划下周在社区张贴通知,3月27日开始登记预约,清明节过后正式开始体检。”市府院社区卫生服务中心家庭医生褚建东说,免费体检项目除了常规体格检查,还包括血常规、肝功能、心电图和腹部B超等。

市卫健委基层卫生科有关负责人说,我市各社区卫生服务机构会根据各自辖区的具体情况安排体检时间。体检开始前,社区工作场所和社区卫生服务机构一般会张贴通知,有些社区会通过居民微信群等发布消息。家里有老年人的,最近可以多留意相关信息,已经签约家庭医生的,可直接向家庭医生咨询体检事宜。

为了避免体检扎堆,老年朋友最好带上身份证或户口簿等有效证件,到居住地社区卫生服务站(中心)进行登记预约,届时按照预约时间准时参加体检。

体检当天,最好穿宽松易穿脱的衣服,可以随身带一些饼干、糖果和水。体检过程中,注意全程规范佩戴口罩。体弱和行动不便的老年人,最好由家人陪同体检。



## 想祛湿清热,试试这款“茶”

□洛报融媒记者 程芳菲 通讯员 尤云飞

“最近,我眼角总有分泌物,嘴巴也干,是不是上火?”近日,57岁的王先生在市东方人民医院(河科大三附院)中医科就诊时向主治医师李润涛咨询。这是肝胆湿热的表现,如果还觉得口苦、口干,可以喝点儿祛湿清热茶缓解症状。

李润涛说,除了口干、口苦,肝胆湿热的人容易失眠多梦,还会有腹胀、不想吃饭等症状。这时,就需要祛湿、清热,缓解不适症状。比如,喝点儿祛湿清热

茶就是不错的选择。可以取白菊花2克、夏枯草1克、黄柏1克,煮10分钟后取汁,稍放凉即可饮用。

“白菊花有清泻肝胆经热的功效,夏枯草能清泻肝经之火,黄柏能清下焦湿热,三味药搭配使用,效果不错。”李润涛说,祛湿清热茶还可以外用。将其倒在小毛巾上,闭上眼睛,将小毛巾敷在眼部10分钟左右,可缓解眼部疲劳。他提醒,如果连续饮用祛湿清热茶3天,眼角有分泌物、口干等症状没有减轻,应及时就诊排查病因。