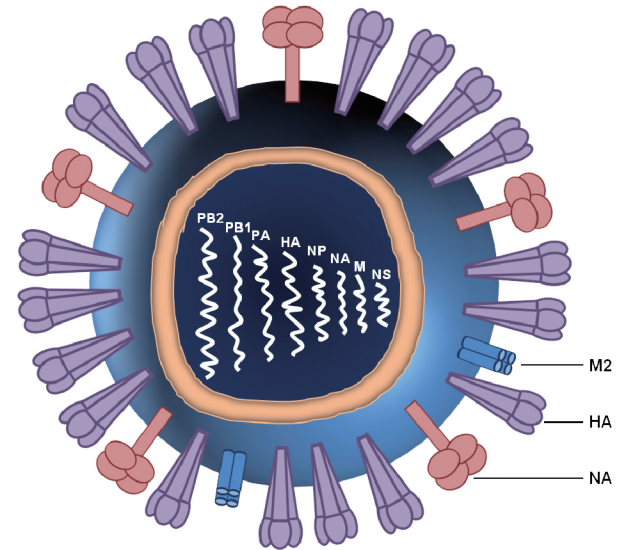


流行性感冒 防控核心信息

流行性感冒（简称流感）是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病，严重危害人类健康。流感病毒抗原性易变、传播迅速，每年可引起季节性流行。

重要事实

- 流感病毒在全球范围内广泛传播，人群对流感病毒普遍易感，流感防控是世界性难题。



- 在温带地区，流感主要发生在冬春季；而在热带地区，流感的季节性不明显，全年均可发生流行。我国总体符合温带地区流行特征，仅南方个别省份符合热带地区流行特征。

- 流感病毒分甲、乙、丙、丁四型，目前感染人的主要是甲型流感病毒中的H1N1、H3N2亚型及乙型流感病毒，同一个人可多次感染不同亚型流感病毒。

- 世界卫生组织报告，每年约5-10%的成人和20-30%的儿童罹患流感，全球约有10亿人发病，其中重症病例约300-500万，死亡病例约29-65万人。

5-10%
成人发病



20-30%
儿童发病



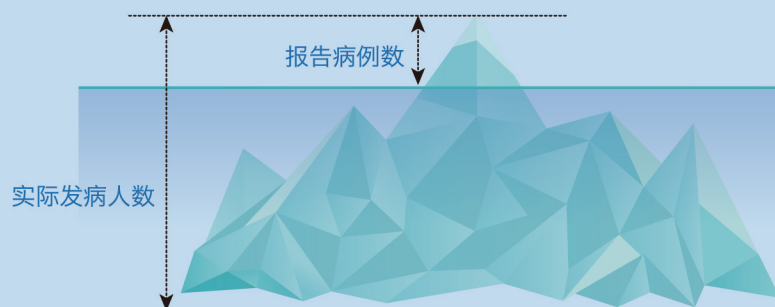
- 流感不是普通感冒，但其症状、体征易与普通感冒和其他上呼吸道感染相混淆，故流感确诊有赖于实验室诊断。

流感和普通感冒的主要区别

	流 感	普通感冒
致病原	流感病毒	鼻病毒、冠状病毒、细菌等
流感病原学检测	阳性	阴性
传染性	强	弱
发病的季节性	有明显季节性（我国北方为11月至次年3月多发）	季节性不明显
发热程度	多高热（39-40℃） 可伴寒颤	不发热或轻、中度热， 无寒颤
发热持续时间	3-5天	1-2天
全身症状	较重，表现为头疼、全身肌肉酸痛、乏力	轻或无
病程	5-10天	5-7天
并发症	可合并肺炎、中耳炎、心肌炎、脑膜炎或脑炎等	少见

- 每年接种流感疫苗是预防流感最有效的措施。

- 由于流感轻症比例高、无特异性临床症状，且实验室诊断率低，全球范围内报告病例数远低于实际发病人数。



流感的症状

流感的典型症状表现为发热，咳嗽（通常干咳），头痛、咽痛、肌肉和关节痛。多数人表现为轻症，通常在一周内自愈。但是，流感也可导致部分人尤其是高危人群发生重症，甚至死亡。



发热



头痛



肌肉、关节痛



咽痛



咳嗽

流感防控重点人群

- 儿童、老年人、孕妇、慢性病患者感染后发生重症的可能性较高。
- 医务人员在日常诊疗活动中接触流感患者的机会较多，因而感染流感病毒的风险高于普通人群。



儿童



老年人



孕妇



慢性病患者



医务人员

流感的预防

保持良好的个人卫生习惯是预防流感的重要手段，包括：

勤洗手、注意呼吸道礼仪（咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮住口鼻）、开窗通风、均衡饮食、适量运动；在流感流行季节，高危人群尽量避免去人群聚集场所。



接种流感疫苗



勤洗手



适量运动



开窗通风



呼吸道礼仪



优先接种流感疫苗的人群

原则上，6月龄及以上所有愿意接种流感疫苗并且没有禁忌证的人都可以接种流感疫苗。推荐以下重点人群优先接种：



6月龄-5岁的儿童



60岁及以上老人



慢性病患者



医务人员

流感疫苗的效果

在大多数年份，流感疫苗的保护效果可达40%—50%，在个别年份，由于流感病毒发生变异，疫苗效果会降低，但依然可以减轻接种者病情的严重程度，降低并发症与死亡的发生率。



流感疫苗的接种时机

通常接种流感疫苗2-4周后，产生具有保护水平的抗体，建议个人在流行季前完成接种，对流行季节前未接种的对象，整个流行季也可接种。

疫苗接种后保护作用可维持6-8个月，随时间推移逐渐减弱，并且流感病毒易发生变异，因此建议每年接种流感疫苗。



流感疫苗接种注意事项

- 接种完成后接种对象应留下**观察30分钟**再离开。
- 接种对象回家后注意休息，注意**观察接种后的反应**。
- 接种对象根据公布的接种点咨询电话，有任何不适**随时咨询报告**。



流感疫苗接种的禁忌人群

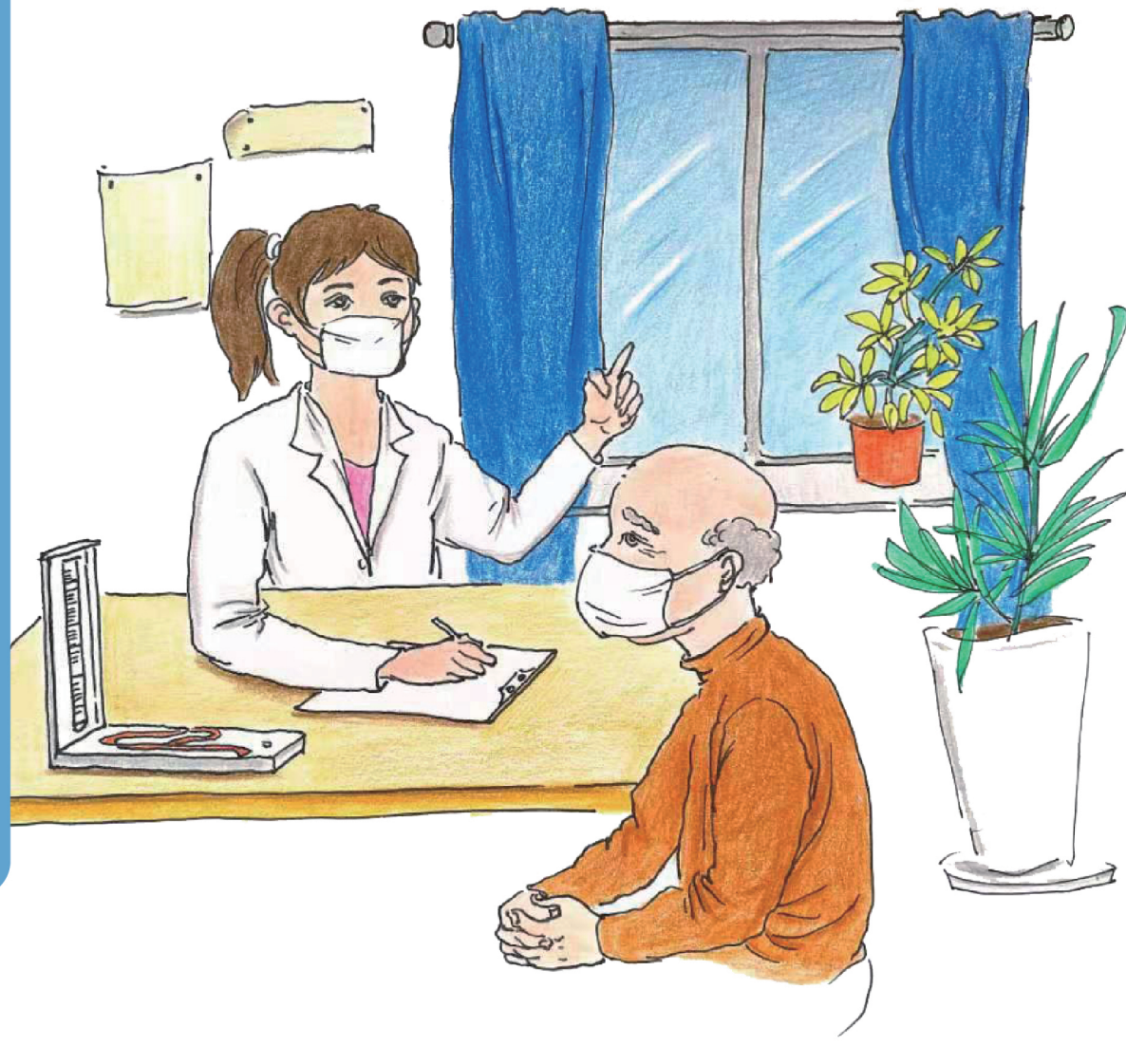
- 对疫苗中任何成分过敏的人。
- 轻中度急性疾病患者发病或者有发热症状时，要在症状消退后再接种疫苗。
- 慢性疾病急性发作的患者。
- 上次接种流感疫苗后6周内出现了格林-巴利综合征，这虽然不是禁忌证，但需要慎重。
- 疫苗说明书中明确不能接种的其他人群。

流感的治疗

儿童、老年人、孕妇、慢性病患者等流感高危人群，一旦出现流感症状，请及时就医，尽早抗病毒治疗可有效缓解症状，缩短病程。

非流感高危人群，可采取自行隔离，居家观察，保持房间通风，充分休息，多饮水，饮食应当易于消化和富有营养；密切观察病情变化，一旦病情持续进展，出现如高热持续不退、剧烈咳嗽、呼吸困难等症状请及时就医，前往医院时请佩戴口罩。

不要盲目或不恰当使用抗菌药物，仅在细菌感染的指征时使用抗菌药物。儿童忌用阿司匹林或含阿司匹林药物以及其他水杨酸制剂。



流感患者注意事项

流感病毒极易传播，感染者在咳嗽或打喷嚏时，会把含有病毒的飞沫散布到空气中，周围的人因吸入这些飞沫而感染。流感病毒还可通过沾染病毒的手来传播，因此，出现流感症状后应尽量居家休息、开窗通风，咳嗽、打喷嚏用纸巾、毛巾等遮住口鼻，并经常洗手。

当家庭成员出现流感患者时，应尽量避免近距离接触，家中有儿童、老人、孕妇、慢性病患者时，要尤其注意。

流感患者应尽量避免出入公共场所，如确需外出时，应佩戴口罩。当家长带有流感症状的患儿去医院就诊时，应同时做好患儿及自身的防护（如佩戴口罩），避免交叉感染。

