

# 流感或引起多种严重并发症

## 接种疫苗是最有效预防手段

每年的秋冬季节,流感都会“如约而至”,但其威胁性与严重性仍然被民众低估。日前,在由中华预防医学会主办、赛诺菲巴斯德支持的2019年季节性流感防控策略学术交流会,与会专家提醒,接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。

### ● 流感并非普通感冒 危害性被低估

流感作为一种急性呼吸道传染病,并不是普通感冒。流感病毒直接侵袭人体呼吸系统,可引起病毒性肺炎、继发细菌性肺炎、急性呼吸窘迫综合征、休克、弥漫性血管内凝血等多种威胁生命的严重并发症。

流感病毒变化多端,每年秋冬季节都会以一种全新面貌出现,引发季节性流行。一直以来,流感及其并发症并没有引起全社会足够的重视。世界卫生组织(WHO)估计,全球范围内,每年流感季节性流行可导致29万至65万例死亡病例。

中国疾病预防控制中心传染病处呼吸道传染病室主任冯录召介绍,流感的疾病负担非常严重,每年全人群的流感罹患率可达5%~10%,儿童的流感罹患率更达20%左右。

流感高危人群分为两类:一类是流感严重并发症发生风险较高的人群,包括60岁以上老年人、学龄达5岁的孩子、孕妇和慢性病患者;第二类是暴露风险较高的人群,包括在校学生和医务工作者。

冯录召说,目前统计的发病和死亡人数也不能完全反映流感的真实水平,获得诊断的流感患者要少于实际发病人数。同时,还涉及到流感致死的死因归因问题。

“流感会引起肺炎等严重并发症,也会加重患者本身的其它慢性疾病,这部分死亡的患者不会将其归为流感致死,而是以其并发症为死因,例如会归咎于肺炎、慢阻肺、糖尿病并发症等。”冯录召说。

### ● 加强疫苗接种意识 提升疫苗价值认知

目前来看,疫苗接种是流感防控最经济、有效的干预措施,并且优先推荐高危人群接种。

对此,首都医科大学附属北京安贞医院心内科主任杜昕表示,流感疫苗可以起到预防心梗的作用。她援引了《新英格兰医学杂志》刊登论文所提到的证据:流感和心肌梗死明确相关,会使心肌梗死的危险增加6倍。

“我们曾做过一个广泛的统计,中国因心力衰竭住院的患者中,33%是因为感染诱发的,这其中当然也包括流感在内。如果要从源头上控制感染,控制流感也是其中非常重要的因素。”杜昕说。

然而,流感疫苗的重要性尚未被全社会充分认知,目前中国流感疫苗总覆盖率不足2%。杜昕说,甚至还有为数不低的基层医生、社区医生,认为患心血管疾病不能接种流感疫苗,医务人员需要提升对疫苗价值的认识,同时也帮助患者减少对流感疫苗的认识误区。

“未来,我认为医生在给包括心血管疾病在内的高危患者的医嘱中,应推荐流感疫苗接种,这对提高疫苗接种率、降低部分慢病患者的急性发作将有很大帮助。”杜昕说。

“希望我国能够加快引入更多的产品,更好地帮助重点人群提升疫苗保护力。”冯录召认为,国家层面的支持对提升疫苗接种率意义重大,为强化人们对流感疫苗接种必要性的认识,还需大力开展健康教育,并鼓励加强对公费疫苗的投入,推动惠民政策,进一步建设更为方便、可及的疫苗接种服务体系。

### ● 公众对流感疫苗仍存误区

目前,公众对于流感疫苗仍存在接种效果无效、无法预防流感等认识误区,对此,冯录召说,流感疫苗是根据每年WHO预测的毒株推荐生产的,需要每年接种,在此情况下,首先,不排除推荐的毒株与实际流行病毒不完全匹配的情况,所以每年的流感疫苗接种效果会存在差异。

“这是目前技术所限,还无法准确



制图 张一凡

地预测,通用流感疫苗也尚未研发出来。但如果匹配率较好的话,疫苗的保护效果可达70%~80%,如果匹配不佳,保护力只能达到20%~30%。”冯录召说。

此外,疫苗的效果与接种率有关。冯录召说,如果疫苗有50%的中等保护效果,只要接种率足够高,还是能够形成免疫屏障,减少发病率,降低个人和国家的医疗费用。其次,很多呼吸道病毒和细菌,例如呼吸道合胞病毒、腺病毒,或肺炎链球菌感染等都会引起与流感类似的状况。接种流感疫苗能够预防流感病毒感染,但是不能预防其他病毒引起的呼吸道感染或普通感冒。事实上,很多人在接种流感疫苗后仍有感冒症状,但其实并不是流感。

### ● 流感疫苗无优先推荐 要在流感季前接种

流感在秋冬季迎来高发季节,到1月达到高峰。谈及疫苗接种的最佳时期,冯录召认为,人们最好在

流行季节来临之前接种流感疫苗。在这期间,接种后还需要几周时间产生抗体,以保证在感染风险最高时期来临前,完成对人体的保护;而即便在流感到来前没有完成接种,只要没有发生流感感染,人们在整个流行季节中也可以去接种疫苗。“早接种比晚接种好,晚接种比不接种好。”冯录召说。

另外,针对6月龄以下的宝宝无法接种流感疫苗的情况,推荐孩子的家庭成员和看护人员接种,并鼓励孕妇接种流感疫苗,防止流感侵袭。

冯录召表示,根据《中国流感疫苗预防接种技术指南(2018-2019)》提示,对可接种不同类型、不同厂家疫苗产品的人群,可自愿接种任何一种流感疫苗,无优先推荐。目前已经有流感疫苗上市,居民可前往所在辖区内的社区卫生服务中心接种点预约、接种。

(新华网)

## 三维图像为骨科手术机器人导航 降低脊柱手术风险

新华社武汉9月1日电 记者从武汉市第四医院获悉,这家医院在湖北省首次运用三维图像为骨科手术机器人导航,提高了脊柱外科手术精度,大大降低了手术风险。

31日下午,武汉市第四医院脊柱外科暨骨肿瘤科主任刘伟军,在三维图像的引导下,运用天玑骨科手术机器人,成功为一名腰椎管狭窄症患者植入4枚椎弓根螺钉,在华中地区率先“吃螃蟹”。

据记者了解,临床上,脊柱螺钉的置入目前一般采用徒手置钉技术,高度依赖手术专家的经验 and 感

觉。但因为患者骨骼发育各异,不同的医生经验不一,存在发生螺钉误置的风险。几十年来,世界各地的脊柱科医生为此想尽办法,但依然难以彻底解决问题。

现在,骨科手术机器人通过三维图像的引导下精准定位,相当于将一个椎体切成薄片,按照规划的指定路径精确置钉,几毫米的椎弓根可以确保精准通过,不影响周围的肌肉神经和血管,保证了钉道的准确性和手术的安全性。这一技术的运用将大大造福脊柱疾病患者。

## 瑞士开发出新型猫疫苗

### 有望让过敏者放心“撸猫”

新华社北京9月1日电 许多人喜欢猫,但又对猫毛过敏,不能随意“撸猫”。针对这种情况,瑞士研究人员最近开发出一种疫苗,给猫接种这种疫苗后,即便是对猫毛过敏的人也可放心“撸猫”。

很多人对猫毛过敏,他们在亲密接触猫后会出现打喷嚏、流鼻涕、起疹子甚至哮喘等症状。研究人员说,许多情况下导致过敏的其实不是猫毛本身,而是猫体内一种名为“Fel d 1”的蛋白质。这种蛋白质存在于猫的唾液尤其是唾液中,当猫用舌头清洁身体时,唾液中的这种蛋白质就会附着在猫毛上,成为过敏原。

瑞士苏黎世大学等机构研究人员近期在美国《过敏和临床免疫学杂志》上发表论文说,他们开发出一种疫苗,给猫注射后可使猫体内产生对抗“Fel d 1”的物质,能够中和这种蛋白质,降低它在猫的唾液等体液中的含量。

研究人员马丁·巴赫曼日前接受媒体采访时说,研究团队已给70只猫接种了疫苗,结果发现,接触这些猫的一些人的过敏症状减轻了。巴赫曼说,还没有发现这种疫苗会给猫带来任何不良影响。

据介绍,这种疫苗预计可在3年内上市。

## 孩子要长高 生长激素是关键

生长激素是各类激素的总称,生长激素能够调节控制机体内分泌,使进入机体内的营养物质按人类生长的需求朝着有益的方向进行再分配功能,在人体生长发育中起着关键性作用。

如何让孩子长个子是每个家长关心的问题,孩子在睡眠、饮食、运动过程中都会有利于生长激素的分泌。

针对孩子的成长发育问题,医生给出了三点建议:首先是要吃含有蛋白质的食物,保持营养均衡。有些食物是能够促进生长激素分泌,比如精氨酸就能刺激生长激素的分泌。精氨酸是一种氨基酸,必须存在蛋白质当中。因此,孩子要长得好,食物必须要有蛋白质,有蛋白质才有精氨

酸,但是也不能一天到晚吃精氨酸,还必须营养均衡。

其次,良好的饮食习惯会促进生长激素分泌,对生长发育来说,饮食习惯很重要。一般早午餐要吃好吃饱,晚餐吃少,蛋白质要丰富。生长激素是在夜间分泌的激素,如果晚上吃得特别多,一是影响睡眠,二是会造成血糖过高,血糖高会抑制生长激素的分泌,不利于长个。

此外,适当的运动有助于孩子长高,运动可以促进生长激素的分泌。医生提醒,运动不是疲劳、长久的运动。对于孩子,10分钟~20分钟短时间、有一定强度的运动,会促进生长激素分泌。如果运动量过大过强,导致身体很疲劳,能量物质跟不上,可能会影响生长激素,物极必反。(人民网)

## 眼睛常有干涩感异物感?

### 谨防干眼症找上门

眼睛作为人类重要的器官之一,是人们获取大部分信息的源泉。但在日常生活中,很多人却受到干眼症的困扰,他们的眼睛常常会有干涩感、灼烧感、异物感,还容易疲劳、畏光。那么,到底什么是干眼症呢?对于干眼症,我们应如何正确预防和治疗呢?

干眼症是指任何原因引起的泪液质或量的异常或流体动力学异常导致泪膜稳定性下降的眼表组织病变,并伴有眼部不适及视觉功能障碍

的一类疾病,又称干燥性角结膜炎或泪液功能不全综合征。该类患者可能会出现眼干、眼痒、灼热感、异物感、针刺感等症状,也会感觉眼睛怕风、畏光、容易疲倦、对外界刺激敏感。由于光线通过泪膜的成像不够清晰,所以可能会出现视物模糊或波动的现象,一些患者有时会因眼睛太干而被刺激流出更多眼泪。

目前认为干眼症的病因可分为以下四类:水液层泪腺泪液分泌不足,这是干眼症最常见的病因;油脂层分泌不足,这是由于眼睑疾病造成睑板腺

功能不良;黏蛋白层分泌不足,这常见于缺乏维生素A1、慢性结膜炎、化学性灼伤等患者;泪液过度蒸发、泪膜分布不均匀。

在日常生活中,人们应如何正确预防和治疗干眼症呢?专家给出了以下三点建议:

改善生活质量。比如,在空调房里使用加湿器;尽量减少看手机、电脑的时间,用眼距离把控得当,多眨眼;调节睡眠,提高睡眠质量,少熬夜;调节情绪,保持乐观,缓解压

力,有抑郁倾向或精神障碍的患者更应改善精神状态等。

补充人工泪液。这个治疗方法涉及到干眼症分类,因为人的泪液分为三层,水液层、黏蛋白层和脂质层,不同类型的干眼症所缺乏的成分也有所不同,所以应该根据不同情况选择最合适的人工泪液。

物理治疗。包括热敷、冷敷、按摩、中医熏蒸、眼贴、针灸等,无论是哪种治疗方法,一定要去正规的医疗机构进行治疗。(人民网)

## “90后”已经开始掉牙?

### 专家提醒牙周问题不容忽视



新华社发

新华社杭州8月30日电 除了学龄儿童更换乳牙,掉牙更多出现在老年人群中,然而记者从浙江大学医学院附属口腔医院了解,现在不少“90后”也进入了掉牙的队伍,但大部分情况仍可控制。

浙大口腔医院牙周科主任李晓军表示,这些掉牙的“90后”基本上都是因为牙周炎引起的。牙齿能稳固“立住脚跟”,全靠牙齿的支撑组织(即牙周组织),而牙周炎导致起支撑作用的组织被破坏,牙齿自然就会松动掉落。

据了解,导致牙周炎的最根本原因就在于口腔卫生不到位。食物残渣留在牙齿上,时间久了就会形成牙菌斑,而牙菌斑不断堆积发生钙化,就形成了牙结石。牙菌斑、牙结石等局部刺激最终导致牙周组织的发炎、萎缩及破坏。

2018年全国第四次口腔健康流行病学调查显示,我国六成左右的青少年有牙结石,其中12岁青少年的年出血率高达58.4%;35岁以上成年人,牙周健康率不到10%,35至44岁组牙龈出血率高达87.4%,牙结石检出率高达96.7%。

“也正是因此,牙周炎是需要终身治疗,终生维护的。”李晓军强调,牙周基础治疗就是弄干净牙

齿,但牙齿上的脏东西天天在产生,所以如果自己配合不好,不能保持良好的口腔卫生,治疗效果也是不能持久的。

需要注意的是,牙周炎不仅仅只和牙齿有关,多项研究已经证实,牙周疾病与心血管疾病、糖尿病、脑卒中、胃肠病,甚至新生儿早产也有关联。专家表示,炎症物质可以通过血液系统传播,如果口腔内或牙周有致病菌,就可能穿透牙周组织的上皮屏障,导致各种毒力因子通过血液扩散到全身,直接感染血管内皮细胞,引起炎症、斑块不稳定以及急性心肌梗死。

“从这个机理上看,慢性牙周炎已被作为导致动脉粥样硬化、细菌性心内膜炎等心血管内科疾病的危险因素。还有研究表明口腔里的细菌有部分能在胃里存活。”李晓军说。

专家提醒,口腔问题不容忽视,出现牙龈出血、肿痛、牙痛等症状都要重视起来,及早治疗。此外做好预防和保护是重中之重,首先要做到早晚两次正确刷牙,饭后漱口、使用牙线;注意定期进行口腔检查,一般半年或一年一次,建议大众定期洗牙,必要时接受牙周治疗。

## 珠海发布8月下半月登革热监测报告

### 严格控制登革热等蚊媒传染病传播风险

本报讯 记者刘联报道:昨天,市卫生健康局发布了8月下半月登革热监测结果报告:8月下半月全市24个镇街(10所高校已放暑假未开展监测)72个监测点,符合防控要求监测点45个,占比62.5%;低度风险监测点20个,占比27.8%;中度风险监测点5个,占比6.9%;高度风险监测点2个,占比2.8%。

监测点按居民区、单位、外环境分类,共调查4385户,其中,居民区1459户,单位1470户,外环境1456户,平均BI为5.4。此外,本次监测还查到阳性容器积水235处,其中闲置容器占47.2%、水生盆栽占14.1%、贮水容器占6.4%、其它容器占32.3%。

市卫生健康局专家表示,此次监测数据显示存在的主要问题包括:室外闲置容器积水;绿化带、地表、明渠、蓄水池、天台积水;还有废旧轮胎积水;养殖水生植物积水;建筑工地杂物或生活垃圾乱堆放引起积水以及居民种菜积水等。

8月下半月相关部门对包括斗门镇下洲村、莲洲镇新洲村等6个镇(街)共18个BI监测点进行复测,结果有1个监测点抽查结果风险等级高于上报结果,其他监测点抽查结果风险低于或与上报结果基本相符。

此外,8月下半月还对斗门区、金湾区的居民区、医院、公园、工地四类环境类型8个监测点开展监测,布放诱蚊诱卵器400个,回收391个,20个阳性,平均MOI为5.1。符合防控要求监测点4个,占比50%;低度风险监测点3个,占比37.5%;中度风险监测点1个,占比12.5%;无高度风险监测点。

专家建议,要继续加大蚊媒孳生地的处置力度。继续重视病媒监测工作,各镇(街)要结合卫生宣传工作,做好辖区内蚊媒孳生情况的巡查,尤其是废品回收站、建筑工地、公园、医院等重点场所,发现问题及时上报处理。此外,要继续强化登革热病例“早发现”能力。继续动员全社会积极参与“清积水,灭蚊虫”。继续加强入境人员筛查和宣传。各出入境机构要加强筛查,同时注意对出入境人员做好登革热防控宣传,提醒到境外(尤其是东南亚地区)经商、务工、旅游人员,在发生疫情国家活动务必注意预防蚊虫叮咬,自觉有症状时应及时就诊。

## 2019年8月下半月BI监测结果

县(区)	镇(街)	监测点	居民区	风险等级	单位	风险等级	外环境	风险等级
香洲区	前山	中山亭社区	15.0	●●	3.3	○	11.7	●●
	南屏	北山村	15.0	●●	0	○	5.0	○
	梅华	翠前社区	8.3	●	0	○	10.0	●
	香湾	碧涛社区	6.7	●	0	○	1.7	○
	狮山	南坑社区	10.0	●	0	○	6.7	●
	翠香	柠溪社区	13.3	●●	50.0	●●●	3.3	○
	拱北	桂花社区	6.7	●	0	○	1.7	○
斗门区	吉大	白莲社区	6.6	●	0	○	1.7	○
	湾仔	作物社区	3.3	○	10.0	●	21.7	●●●
	井岸	美湾社区	3.3	○	5.0	○	1.7	○
	斗门	下洲村	10.0	●	0.0	○	1.7	○
	乾务	石狗村	8.3	●	3.1	○	1.7	○
	白蕉	小托村	6.0	●	0	○	0	○
	白藤	团结社区	8.3	●	0	○	3.3	○
金湾区	莲洲	新洲村	6.6	●	0	○	3.3	○
	三灶	海澄田心村	10.0	●	5.0	○	1.7	○
高新区	红旗	三板村	6.7	●	5.0	○	5.0	○
	上栅社区	6.7	●	3.3	○	1.7	○	
横琴新区	三塘社区	3.3	○	5.7	●	5.0	○	
	南水	铁炉村	8.3	●	1.6	○	5.0	○
高栏港区	平沙	立新社区	13.3	●●	1.4	○	0	○
	万山	万山村	1.7	○	0	○	0	○
万山区	桂山	桂山村	0	○	9.4	●	0	○
	担杆	外伶仃村	5.7	●	3.3	○	5.0	○

备注:符合防控要求为○,低度风险为●,中度风险为●●,高度风险为●●●