

甲型H1N1 流感近期卷土重来

老人和中小学生易感染 本轮疫情或将持续到春节前

目前上海已进入冬春季急性呼吸道感染病高发季节,根据上海市疾病预防控制中心监测结果,近期全市流感样病例发病数有所增加,但仍处于历年的一般水平。而12月份以来,上海流感的流行毒株发生了更替,甲型H1N1流感重新占据优势地位成为流行毒株,由于普通人群尤其是中小学生对甲型H1N1流感的抗体水平较低,容易造成感染和发病。疾控专家表示,该型流感传播力较强,而致病力一般,市民不必恐慌。预计本轮疫情仍将持续1—2个月左右。

据介绍,冬春季历来是呼吸道传染病的好发季节,一方面长时间在

密闭空间的滞留、缺乏运动导致的抵抗力下降都有助于呼吸道传染病的传播。另一方面,入冬后也进入了流行性感冒的流行季节,导致人群发病的增加。

流行性感冒简称“流感”是一种由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,一般起病较急,具有高热(≥38℃)、头痛、喉咙痛、咳嗽、浑身酸痛等症状。根据人群的免疫状况和病毒的变异情况,各型流感病毒会在人群中交替流行。监测显示,12月份以来,甲型H1N1流感逐渐成为流行优势毒株。2014年,上海流行乙型流感病毒,这是一种相对温柔的流感病

毒,到了2015年年初,型别变成了甲3型,比较凶猛。而到了11月底,上海流感监测系统发现,型别再次变化。原本的甲型H3N2流感渐渐弱势,甲型H1N1流感占据优势地位,近几周监测到的流感病毒有90%以上为甲型H1N1流感病毒,这种现象是自2009年甲型H1N1流感发生以来首次出现。

患病期间,应注意卧床休息,补充水分和维生素C,忌剧烈运动。在预防措施方面,专家提醒,出门戴口罩,回家勤洗手;水果要多吃,饮食要均衡;运动要适量,睡眠要保证等都是远离流感较好的办法。 ■宗禾

PM2.5来了,侵袭肺腑健康

——医学专家与您共同直面雾霾下的“肺腑之忧”

据新华社 雾霾汹涌,接踵来袭。北京、河北、天津、沈阳、上海……多地各色警报相继发布,各种应急响应机制纷纷启动。

然而,在种种密集的应对和防范治理措施下,埋着公众更为深层的担忧:频频爆表的PM2.5颗粒,究竟在多大程度上侵袭我们的肺腑健康?

雾霾加剧肺癌发病? 一个挥之不去的深深担忧

记者在北京多家医疗机构了解到,每次雾霾来袭,呼吸科病人有所增加。

上次北京市发布红色预警后,北京市卫生计生委已经要求各级各类医疗机构做好短时间内接受批量患者就诊的准备,重点做好呼吸、心脑血管疾病的医疗救治准备和处置。

公众普遍担心,雾霾会加剧甚至引发呼吸系统疾病。在北京儿童医院呼吸二科,一位家长说孩子咳嗽快一周了,这几天雾霾重,病情也加重了。

在北京儿童医院雾化室,很多孩子在这里做雾化治疗。

采访中,很多受访者最直接的发问就是:“雾霾,是否会直接导致肺癌的增加?”那么,在医学专家的眼中,真相究竟如何?

“灰霾天气会增加肺癌患者死亡率”

中国工程院院士、广州呼吸疾病研究所所长钟南山认为,灰霾天气会不会增加肺癌的发病率还需要更长时间的观察。有数据表明,灰霾天气会增加肺癌患者的死亡率。

他指出,灰霾天气对呼吸系统的危害不容小觑。美国、日本、丹麦等已有相关研究,这些国家大都进行了10到20年的持续观察。

结论是:美国研究发现,1立方米空气中每增加10微克的PM2.5颗粒,肺癌的死亡率就增加15%至27%;日本的研究数据是增加24%;丹麦的研究数据是增加18%。

“大气污染程度与肺癌的发病率和死亡率密切相关”

一些肿瘤专家认为,雾霾是肺癌的诱因之一。

北京大学肿瘤医院党委副书记、胸外二科主任杨跃说,目前国外已有多项研究表明,大气污染程度与肺癌的发病率和死亡率密切相关。已经证实可以导致肺癌发病,增加肺癌死亡风险的“元凶”,包括可吸入颗粒物、氮氧化物、二氧化硫等。

中国癌症基金会控烟与肺癌防治工作部主任支修益也表示,近年来大量研究发现,大气污染是形成肺癌的原因之一。大气中的颗粒

物、硫氧化物、氮氧化物重金属等污染物,都会导致肺癌的发生。

“贡献率尚无明确结论,但造成损害已是不争事实”

专家表示,雾霾对肺癌发病的具体贡献率尚无明确结论,但雾霾会对呼吸系统健康造成损害已是不争的事实。

北京市疾控中心副主任庞星火说,由于雾霾天气中PM2.5浓度很高,且直径很小,极易直入肺泡,并会携带细菌和病毒进入人的呼吸系统。一旦人的抵抗力下降,就对人体健康造成影响。

庞星火说,PM2.5成分复杂,主要包括碳类物质、水溶性无机离子、金属和类金属、有机物四大类。PM2.5可对呼吸系统和心血管系统造成伤害。

“吸烟率在下降,肺癌发病率仍在上升”

大量肿瘤防治专家、临床医生指出,我国肺癌发病率上升趋势仍将持续。他们认为,从上世纪七八十年代起,烟草的使用是肺癌的主要致病原因。如今再加上空气污染等因素,造成了肺癌的高发。10万人7例,到2005年变为每10万人70例。在此期间,整体吸烟率由40%左右下降到28%。

雾霾之下,你我该如何护肺?

雾霾对健康的损伤到底有多大?可以进行体检查一查。

北京一家三甲医院启动了“雾霾损伤体检”,该体检项目在普通的体检套餐中,加入了肺功能检查、低剂量螺旋CT筛查、吸入性过敏原检查等。

中日友好医院体检中心主任曾庆介绍,肺功能检查可早期发现患者上、下呼吸道和肺部病变,同时鉴别呼吸困难的原因,评估心肺部疾病对肺脏生理功能的损害程度;低剂量螺旋CT是早期发现肺癌的“利器”;通过抽血可以检查吸入性过敏原。

北京市肿瘤防治办公室副主任王宁表示,目前低剂量螺旋CT检查是国际上公认的能有效发现早期肺癌、降低高危人群肺癌死亡率的方法。

在个人日常防护方面,当雾霾笼罩时,卫生行政部门都会提醒公众减少户外活动,出行佩戴口罩,外出回家后洗净面部和口鼻。

庞星火说,除了室外空气污染,还要关注室内空气污染。雾霾期间,特别要减少烹饪、吸烟等导致室内空气质量下降的活动。开窗通风要等到室外大气中的雾霾消失后。

■李亚红 肖思思

沙特骆驼同时流行三种冠状病毒

据新华社 由中国香港大学领导的一个国际研究团队近日说,在沙特单峰驼中,除引起中东呼吸综合征(MERS)的新型冠状病毒高度流行外,还同时流行另外两种冠状病毒。另一个研究团队同日报告,一种给骆驼使用的试验性MERS疫苗效果良好。

两项研究结果都发表在新一期美国《科学》杂志上。在第一项研究中,研究人员在沙特西部和中部地区进行调查,结果发现约有6.9%的沙特单峰驼感染两至三种冠状病毒,超过一半以上(56.6%)携带MERS病毒的骆驼也同时感染一到两种其他冠状病毒。所以,“多种冠状病毒同时感染同一头骆驼的现象非常普遍”。

该研究负责人之一、香港大学助理教授朱华晨告诉新华社记者,在沙特骆驼中同时流行的另外两种冠状病毒当中,有一种病毒与代号为229E的人类冠状病毒具有密切的亲缘关系,而229E病毒是引起人类普通感冒的最常见病原体之一。另一种则与在阿联酋迪拜骆驼中发现的HKU23冠状病毒非常相似。

基因组测序显示,目前MERS病毒已分化成5种变种病毒,都可以感染人和单峰驼,其中导致今年韩国、中东疫情暴发的是第五种病毒,它是由第三种和第四种病毒重组“洗牌”而成。这种变种重组病毒最早于2014年7月就已出现在沙特骆驼群中,随后该病毒开始在中东地区引发人类感染。今年5月韩国出现的MERS病例,与在沙特利雅得的骆驼中检测到的病毒高度相似,说明韩国的MERS病毒很可能直接来自中东的骆驼。

该研究还发现,MERS病毒在骆驼中的感染部位主要在鼻咽和呼吸道,幼年骆驼的感染率最高,而冬季是病毒的高发季。朱华晨说:“这些发现为疾病的防控提供了重要的流行病学证据,有助于从源头切断病毒的传播链。”

在第二项研究中,欧洲研究人员通过鼻腔吸入和肌肉注射给骆驼接种一种试验性疫苗,结果所有的骆驼都在3周内产生可检测到的MERS病毒抗体。在感染MERS病毒后,与对照组相比,这些接种疫苗的骆驼出现轻微临床症状,其体内的病毒浓度明显较低。

朱华晨评价说,由于MERS病毒已在骆驼中形成地方性流行,携带率较高,所以不能简单地采用屠宰或隔离全部染病骆驼的方法防止传播。高效疫苗的研发和使用可以减少动物个体中该病毒的复制和排放,进而降低群体感染率和跨物种传播给人的机会,在疾病控制上具有重要意义。 ■林小春



法国两个海外省首现寨卡热

据新华社 法国卫生部日前宣布,该国位于加勒比地区的海外省马提尼克和位于南美洲的海外省法属圭亚那首次确诊2名寨卡热患者。

寨卡热是由寨卡病毒引起的传染病,症状包括发热、头痛、关节痛、肌肉痛、皮疹等,目前尚无疫苗和有效治疗手段。寨卡病毒与登革热病毒相近,可通过蚊子叮咬传播给人类。

法国卫生部提示说,蚊子主要在日间活动,在早晨和傍晚特别活跃,因此该部门建议当地民众在白天尽量穿着长衣长裤并使用适当的防蚊产品,以防遭受蚊虫叮咬感染疾病。该部门不建议寨卡热患

者服用阿司匹林,因为这有可能导致出血。

马提尼克和法属圭亚那两省公共卫生部门已采取一系列措施,不仅为患者治疗,还加强对疫情的监控,防止病毒进一步扩散。

寨卡病毒最早于上世纪40年代在乌干达的猴子体内被发现,主要在西非地区流行。2013年10月至2014年4月间,位于南太平洋的法属波利尼西亚曾出现寨卡热疫情。今年拉美地区已有9个国家发现寨卡热,分别是智利、巴西、哥伦比亚、萨尔瓦多、危地马拉、墨西哥、巴拉圭、苏里南和委内瑞拉。

■张雪飞

冬至进补勿乱加中药材

据新华社 冬至,煲汤进补成为不少市民的选择,有市民还会“加料”附片、人参、当归等中药材。

“首先应当确定自己该不该补,盲目进补反而容易出现反效果。”成都市第三人民医院中医科医师邓果解释,即便是需要进补也应先进行辨别,气虚、血虚、阴虚和阳虚每种补的方式都不一样。

对于市民擅自添加中药材补身体的方式,中药专家更是不赞同。“是药就有毒,千万不要自行尝试,或者听信偏方。”邓果提醒市民,即

便是同一种药材,个体使用也会有不同效果,对有的人来说就是毒药;另外,中药的分量、食用方法等都有讲究,过量或方法不正确都可能造成中毒。

邓果提醒,如进食后出现胃肠道症状,如恶心、呕吐、腹痛、腹泻等,可能是食物中毒的表现,应立即停止食用可疑食物,拨打120急救电话。同时,可自我催吐或大量饮水促进排泄。应尽量将食品样本带至医院,以便最快时间内确定毒素展开治疗。 ■董小红