

如何防治秋冬季高发呼吸道疾病?

——国家卫生健康委组织专家解答热点问题

据新华社 随着秋冬季节到来,近日包括流感、肺炎支原体感染、细菌感染等多种类型的呼吸道疾病患者有所增加。怎样甄别不同的呼吸道疾病?“一老一小”如何科学应对?针对公众热点关切,国家卫生健康委日前组织医学专家接受新华社记者采访,作出专业解答。

不同病原做好甄别 老年人及早治疗是关键

“秋冬季是呼吸道疾病高发季节,近期我们临床上观察到流感患者、肺炎支原体感染患者数量逐渐增加。”北京大学第一医院感染病科主任王贵强说,从整体看,流感病例数有所增加;新冠病毒感染病例数趋缓,预计入冬后可能有小幅波动;儿童肺炎支原体感染病例增多。

王贵强表示,不论是流感、新冠病毒还是肺炎支原体感染,一般成年人感染后实际症状都较轻,但老年人和基础病患者人群抵抗力相对较差,是发展为肺炎和重症的高风险人群。这些感染容易破坏脆弱人群的上呼吸道免疫屏障,继发一些细菌感染,从而导致病情恶化。

“对重症高风险人群来说,在早期进行准确的鉴别诊断,及时针对性用药很关键。”王贵强建议,重点人群若出现高热、剧烈咳嗽、咳黄痰等肺炎或其他上呼吸道感染表现后,要及时到医院就诊、检测病原,并正确用药。

北京市朝阳区崔各庄社区卫生服务中心副主任孙丽介绍,如果各年龄段患者出现咳嗽或其他呼吸道疾

病症状,在不太严重、没有持续高烧的情况下,选择社区医院可以更为方便快捷地初筛就诊。

不是所有支原体感染都会得肺炎 家长避免擅自用药

“不是所有的支原体感染都会发展为肺炎,因为绝大多数孩子都属于轻症,以上呼吸道感染为主。”北京儿童医院重症医学科主任王荃表示,肺炎支原体感染是秋冬季比较常见的儿童呼吸道疾病,每3至7年会流行一次,家长们需科学看待。

什么是肺炎支原体,家中孩子出现哪些症状需要警惕?专家介绍,肺炎支原体既不是细菌也不是病毒,它的生物学特点介于病毒和细菌之间,是非典型病原体。假如家中孩子出现体温40摄氏度以上、持续高热超过3天;刺激性干咳,甚至影响正常作息;精神状态差,频繁呕吐、腹泻,以及出现呼吸困难的状况,可能是感染了肺炎支原体,需要尽早带孩子去医院就诊。

近期,网络上出现“支原体用药三件套”“儿童居家康复套餐”等所谓支原体感染诊疗建议。对此,王荃表示,不建议家长自行给孩子吃药。因为儿童的体重较轻,且很多脏器功能发育尚不健全,所以儿童用药需结合其基础情况。有必要经医生评估后,给出更安全的用药方案。另一方面,从当前临床整体看,儿童病例中感染流感病毒的情况更多,因此通过病原检测后,才能对症下药。

带病上学不可取 专家建议及时接种流感疫苗

北京儿童医院呼吸一科主任徐保平表示,肺炎支原体感染最主要的影响人群是年长儿,也就是5岁以上的学龄儿童及青少年。尽管目前5岁以下婴幼儿感染率略有增加,但总体人数比年长儿少。

徐保平说,对于已经确诊感染肺炎支原体的学龄儿童,还是要坚持居家休息,不建议带病上学。这既有利于孩子的早日康复,也是对学校其他孩子的保护。同时,学校方面在保证室内温度的情况下,建议做到勤开窗通风,并引导孩子们做好手卫生、保持社交距离。

“目前我国流感活动处于中低水平但呈上升趋势。”中国疾控中心病毒病预防控制所国家流感中心主任王大燕表示,预计我国南北省份会逐渐进入流感高发期,并出现秋冬季的流感流行高峰。在此期间,流感聚集性疫情可能会增多,聚集性疫情主要发生在学校、托幼机构、养老机构等人群密集的场所。建议公众勤洗手、勤通风,做好个人防护,保持良好卫生习惯。

徐保平表示,主动免疫对预防呼吸道感染性疾病,特别是流感十分重要。建议只要孩子没有禁忌症、符合接种条件,都要积极接种流感疫苗。不仅要给孩子们接种流感疫苗,孩子的看护人和家中老人也应在没有禁忌症的情况下积极接种。

■顾天成 董瑞丰

“国际人类表型组计划二期”市级科技重大专项启动 解答健康奥秘更多关键所在

据文汇报 破解人类生命与健康奥秘,国际人类表型组计划二期作为上海市市级科技重大专项,日前正式启动。如果说2017年立项的首批上海市市级科技重大专项“国际人类表型组计划(一期)”为全球科学家共同探索人类表型的奥秘初步构建了统一的标准体系、跨尺度的科研平台,二期计划的启动标志着全球科学家将可进一步在国际共识的研究框架下共同出发,为解答人类表型及其调控机制这一生命健康的核心问题开展实质性协同攻关。这也意味着由中国科学家发起的国际大科学计划——国际人类表型组计划正迈向新征程。

近日,这一重大专项实施团队骨干成员、上海国际人类表型组研究院和复旦大学的多位学者接受了本报记者的采访。

全球研究团队协同,“拼出”人类生命奥秘完整“拼图”

近年来,国际学界越来越重视人类表型组学研究,学界普遍认为人类表型组计划是后基因组时代生命科学的战略制高点,也是引领生命科学研究范式变革和生物医药产业发展的关键所在。

上海国际人类表型组研究院副院长、复旦大学人类表型组研究院执行院长田梅告诉记者,“表型”,是指基因和环境相互作用下的人体特征或基因的表现形式。人类表型有物理类表型,即人的结构性特征;化学类表型,即人体的组成性特征;生物类表型,即功能性特征。表型组则是生物体从宏观到微观,从胚胎发育到出生、成长、衰老乃至死亡过程中所有生物、物理和化学特征的集合。

田梅举了一个形象的例子:有一对双胞胎,如果一个从小在赤道的低海拔地区长大,一个在高纬度、高海拔地区长大,他们会有完全不同的表型,不仅外表会产生差异,蛋白、代谢和器官功能也会有不同变化。这就是环境对表型的影响,而这些影响与他们的健康、疾病、寿命都息息相关。

人类基因组和人类表型组可以说是人类生命奥秘的两大关键。田梅告诉记者,不同国家和地区的人群,基因和遗传特征本就存在差异,不同环境又会对不同人群的表型产生巨大影响,唯有全球各个地区的表型组研究团队协同,才能“拼出”全人类生命奥秘的完整“拼图”——完整的“人类表型组图谱”。这也是人类表型组计划的最重要目标。

早在2015年,中国科学院院士、复旦大学校长金力等中国科学家就基于“测一切之可测”的理念,提出了国际人类表型组计划的设想。其后,在国家尤其是上海市重大专项支持下,金力领衔上海核心科研力量,凝聚国内外数十个顶尖科学家团队,牵头推动人类表型组大科学计划在国际科学界先行实质性启动。目前,已有来自20个国家的24位科学家,包括14位院士携团队加入。

重大专项一期的实施已产出一系列重要创新成果,凸显创新策源功能。同时,在国际人类表型组研究协作组(IHPC)各国科学家大力带动下,世界各国正加快布局人类表型组领域,美国已成立“表型组健康(Phenome Health)”组织,开展“美国人类表型组倡议”研究计划;澳大利亚、新加坡和日本等国均建成国家人类表型组中心;英国、欧盟和印度等持续升级或启动表型组相关大型科研计划。

七年四个“第一”,中国在表型组研究领域奠定引领优势

我国自2016年起就前瞻布局人类表型组国际大科学计划,2017年上海市将之列入首批市级科技重大专项启动,由此汇聚起生命科学、数学、人工智能、医学、药学、中医等多领域专家学者。

“正是上海市持续多年的支持,让中国在人类表型组学研究领域奠定了引领优势。”田梅说。

上海市市级科技重大专项“国际人类表型组计划(一期)”的实施,构建起了一个国际协作网络。同时,中国人类表型组研究协作组中,有我国136名科学家,其中36位两院院士。在此基础上,中外科学家正联合发起一个新的国际科技组织——国际表型组学会。

在2022年首次举行的中美科学家表型组思享会上,美国四院院士莱诺·胡德(Leroy Hood)听完中国科学家的报告后坦言:“中国科学家的研究工作令人惊叹,已在表型组学基础研究领域处于国际领先地位。”这位被誉为“系统生物学之父”的科学家对上海科学界取得的成绩更是赞不绝口。他认为,上海是全球表型组学研究的三大核心枢纽之首。

田梅告诉记者,“国际人类表型组计划”在项目推进过程中,已达成四个“全球第一”:建成第一个跨尺度、多维度、一站式人类表型组精密测量平台;建立第一个每人测量24000余个表型的自然人群深度表型组队列;绘制第一张人类表型组导航图,发现150万多个表型之间的强关联,其中大部分为跨尺度关联,且为科学界首次发现;研发了第一套多组学标准物质“中华家系1号”,由此奠定了我国和上海在人类表型组学基础科研领域的国际领先优势。

记者了解到,在已绘制的1.0版导航图中构建的150万多个表型间的强关联,为科学界破解表型与疾病、衰老等生命现象之间的关系提供了关键线索。比如,复旦大学人类表型组研究院陈兴栋团队研究发现了多种代谢物与阿尔兹海默症等神经退行性疾病等有着显著相关性,为进一步研究这些疾病的发病机制以及提前筛查、精准防治疾病提供重要线索。

升级版启动,为药物研发、疾病预测等提供更完整信息

在一期已有成效的基础上,更多人类健康奥秘的关键解答呼之欲出。上海市已于今年8月立项并支持“国际人类表型组计划(二期)”市级科技重大专项,并于日前正式启动。

专项二期将围绕“支撑大科学计划持续推进”和“创新策源与范式推广”两条主线展开,力争进一步巩固和确立上海在人类表型组大科学计划组织实施和人类表型组前沿研究中的国际引领地位,持续推动范式变革,提升创新策源能力。

田梅介绍,专项二期将升级目前的人类表型组导航图,最终形成一套人类表型组全景“导航图”2.0版。人类表型组全景“导航图”和人类基因组图谱的结合将为药物研发、疾病预测等提供更完整的信息,帮助人们更科学地定义和认识健康的标准。例如,对细分年龄段人群在血压、血糖、BMI(身体健康指数)等表型中给出更有针对性的正常值范围,使健康标准的指导意义更精准、有效。

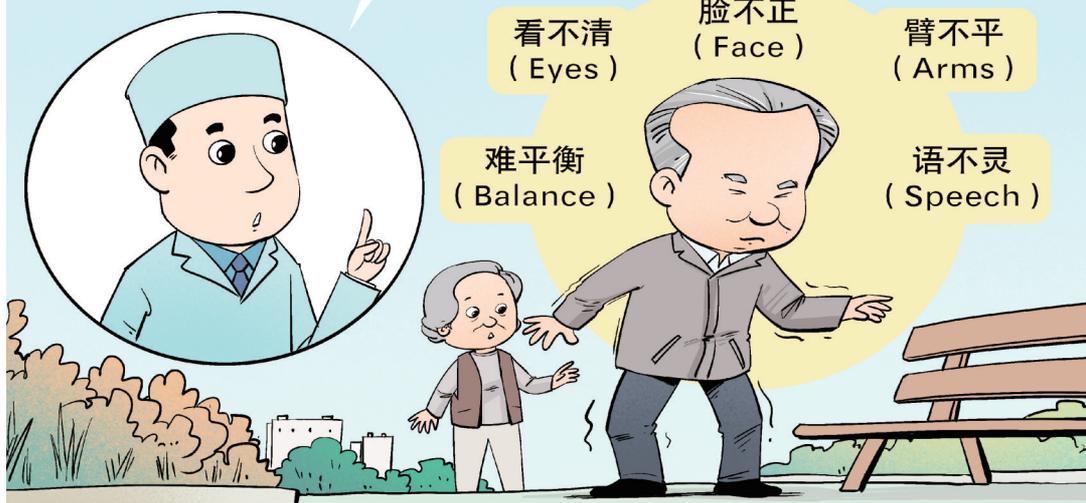
■姜澎

家属或目击者需警醒,赶快拨打120急救电话 (Time)

公众应熟记脑卒中早期症状识别口诀“BE FAST”

当患者出现

- 看不清 (Eyes)
- 脸不正 (Face)
- 臂不平 (Arms)
- 难平衡 (Balance)
- 语不灵 (Speech)



避免“卒”不及防

脑卒中又称“中风”,是一种急性脑血管疾病,具有发病率高、死亡率高、致残率高等特点。专家表示,预防脑卒中发生,一定要保持合理饮食、适当运动、戒烟限酒、心态平衡四大“健康基石”,同时要能准确识别脑卒中的征兆,积极应对,避免“卒”不及防。

中国卒中协会会长、北京天坛医院院长王拥军说,公众应熟记脑卒中早期症状识别口诀,送至最近的卒中救治中心进行治疗。“每早1分钟开始溶栓,就可以挽救患者约190万个脑细胞,其获益也就越大。”

■新华社 勾建山

教育部:督促地方和学校严格落实规定

保证中小学生学习正常活动

据新华社 近期,一些地方中小学生学习“课间10分钟被约束”问题受到社会广泛关注,记者就此采访了教育部有关负责同志。这位负责同志表示,教育部高度重视学生课间休息,2021年9月1日起施行的《未成年人学校保护规定》(教育部令第五0号)明确,不

得对学生在课间及其他非教学时间的正当交流、游戏、出教室活动等言行自由设置不必要的约束。在实际工作中,要求中小学校每天统一安排30分钟的大课间体育活动,每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松。这位负责同志指出,教育部将进

一步督促地方和学校严格落实国家有关规定,坚决纠正以“确保学生安全”为由而简单限制学生必要的课间休息和活动的做法。同时,将要求学校密切家校社协作,争取家长理解和社会支持,共同努力保障学生课间正常活动,促进学生健康成长和全面发展。

■宗禾