

秋冬这样守护儿童呼吸道健康

新华社记者 刘祯 顾天成 袁全

疾控部门监测数据显示,呼吸道合胞病毒感染近来进入流行期。这是一种什么病?它和流感、肺炎支原体感染有什么区别?秋冬季怎样更好守护儿童呼吸道健康,实现多病同防?记者进行相关采访。

呼吸道合胞病毒阳性率上升

中国疾控中心最新哨点医院门急诊流感样病例监测数据显示,呼吸道合胞病毒当前位列检测阳性率前三位,近期在南方省份阳性率有所抬升。

什么是呼吸道合胞病毒?北京佑安医院感染综合科主任医师李侗曾介绍,呼吸道合胞病毒简称RSV,是一种常见的呼吸道病毒,主要通过飞沫和密切接触传播。

专家指出,RSV感染初期症状与普通感冒相似,表现为流涕、鼻塞、咳嗽、发热,但感染严重者可出现呼吸急促、精神萎靡、拒绝进食等症状。如果引起毛细支气管炎、肺炎、哮喘等,可能需住院治疗。

有网友分享,自己孩子因RSV感染短暂住进了儿科重症监护室,目前已经好转。“该病原体是引起5岁以下儿童急性下呼吸道感染最常见的原因之一,通常1岁以内的患儿更易发生重症。”李侗曾说。

与既往流行季节一般从10月中旬开始不同,今年7月至8月起,我国南方多地就出现了儿童RSV感染流行态势。

“这并不是病毒本身变得更强大,而是多重现实因素叠加的结果。”复旦大学附属华山医院感染科副主任王新宇说,现在两三年的孩子,很多在婴儿期几乎没接触过RSV,使得病毒更容易在人群中传播;加上开学季到来,孩子集中在密闭空间活动、空调环境通风不足,都为病毒传播创造了条件。

准确辨别是科学应对关键

“儿童免疫系统处在生长发育阶段,免疫功能相对较弱。如果没有良好的卫生习惯,容易通过吃手、揉眼睛等动作,将病原体带到体内,从而引发各种感染。”北京儿童医院呼吸中心主任医师秦强说。

秋冬季节是呼吸道传染病高发期,除RSV外,流感病毒、肺炎支原体、腺病毒等都很常见。如何有效辨别、科学应对?

李侗曾介绍,RSV感染的患儿一般会因呼吸费力而出现“三凹征”,即肋骨间隙、锁骨上窝、胸骨上窝的凹陷。

专家表示,虽然RSV感染和流感均具有咳嗽、流涕等症状,但流感起病急,常伴高热和肌肉酸痛,年龄小的孩子可能精神萎靡,小婴儿可能出现吃奶差、少动等症状。

肺炎支原体感染多见于学龄期儿童,最典型的症状是发热、咳嗽,咳嗽初期是阵发性、刺激性干咳,随着病情进展会出现咳痰。腺病毒大多数病例临床症状较轻,表现为发热、咽痛、咳嗽等。

“鼻病毒、人偏肺病毒、副流感病毒等也是引起上呼吸道感染的常见病原体。一般来说就像普通感冒一样,只要及时就诊、正规护理、对症用药、适当多喝

水多休息就能安然康复。”秦强说。

专家指出,判断出哪种病原体是导致儿童当次生病的主要原因,需要有专业素养和经验的医生根据查体、病情、病原学检测结果、所在地区病原体流行情况等做出综合分析,家长应当遵医嘱合理用药。

筑牢免疫屏障,做好日常防护

如何有效预防儿童呼吸道感染?不少专家表示,疫苗接种是最经济、最有效的措施之一,同时要做好日常防护。

“接种疫苗虽不能完全避免感染,但可显著降低重症、住院和死亡风险,尤其对老年人和儿童等重点人群保护效果显著。”中国疾控中心研究员韩俊说。

在上海市儿童医院,记者见到了市民夏女士带着一个半月大的宝宝到医院主动接种呼吸道传染病相关疫苗。“从今年9月开始,流感疫苗、呼吸道合胞病毒预防单抗注射液等接种需求明显上升。”该院感控办主任高洁说。

据悉,上海去年对RSV单抗接种进行了试点,今年进一步扩大了注射服务覆盖范围,方便有需要的家长就近自愿接种。

为更好守护秋冬儿童呼吸道健康,各地多措并举:北京提供儿科夜间诊疗服务的医疗机构增至88家,其中大部分可24小时接诊;广东多家医院倡导以家庭为单位接种疫苗,构建“家庭免疫保护圈”;陕西鼓励各级各类医疗机构儿科开设午间门诊、周末门诊等,解决学生上课和就医时间冲突问题……

除了疫苗接种,日常防护也不能忽视。秦强表示,室内要定期通风,尤其是冬季寒冷的北方;所有家庭成员都要做好防护,尽量减少去人员密集、通风差的场合;要引导儿童勤洗手、多喝水;均衡饮食,科学运动,保持充足睡眠和心情愉悦,提高免疫力。

专家提示,只要做好日常防护,就能有效降低感染风险。家长应科学理性认知病毒特性,避免不必要的恐慌,如家中儿童出现症状加重等情况,要及时就医。

新华社北京10月15日电

人民网北京10月21日电 (记者 乔业琼)据国家疾控局微信公众号消息,近期我国呼吸道传染病疫情总体处于较低水平,新型冠状病毒、呼吸道合胞病毒、普通冠状病毒和鼻病毒等存在一定水平活动。为保障您和家人的健康,特作出以下健康提示:

一是保持良好卫生习惯。咳嗽或打喷嚏时,用纸巾、毛巾或手肘遮住口鼻;勤洗手,尽量避免用手触摸眼、鼻或口。

二是倡导健康生活方式。均衡饮食,适量运动,充足休息。出现发热、咳嗽等呼吸道感染症状时,与人接触要佩戴口罩,保持室内良好通风;根据需要及时就医。

三是科学佩戴口罩。在就医过程中需全程佩戴口罩;老年人和慢性病患者在人群密集场所或乘坐公共交通工具时建议佩戴口罩。

四是积极主动接种疫苗。免疫力较弱人群应根据疫苗接种指引接种预防呼吸道传染病的相关疫苗。

五是及时就医。如出现发热、咳嗽等呼吸道感染症状,建议尽可能居家休息,症状较重时应及时就医。

国家疾控局发布呼吸道传染病防控健康提示

