



健康关注

甲流诊疗及预防指南

□ 虎维东

近期,全国流感感染率呈快速上升态势。值得警惕的是,相关数据显示,流感阳性率在住院严重急性呼吸道感染病例中跃居首位,5—14岁儿童成为高发人群。本文结合《流行性感冒诊疗方案(2025年版)》,全面解读今年冬季甲流的应对之道。

甲流和普通感冒的区别

很多人容易把甲流和普通感冒混淆,但两者在症状、传染性、危害程度上差异显著。甲流是由甲型流感病毒引起的急性呼吸道传染病,传染性更强,全身症状更突出,而普通感冒多由鼻病毒等引起,症状以局部不适为主。

从症状表现来看,甲流患者常以高热(39℃—40℃)、头痛、肌肉关节酸痛为首发症状,伴有咽喉痛、干咳、鼻塞流涕,部分人会出现畏寒、寒战、乏力、食欲减退等全身症状,病程多为3—5天后发热消退,但咳嗽和体力恢复需较长时间。儿童患者发热程度通常高于成人,还可能出现恶心、呕吐、腹泻等消化道症状;新生儿仅表现为嗜睡、拒奶、呼吸暂停;老年人症状不典型,可能无发热或低热,但是咳嗽、气喘、精神状态改变更明显。

普通感冒则以打喷嚏、流鼻涕、咽痛等上呼吸道症状为主,发热和肌肉酸痛等全身症状较轻,传染性较弱,病程多为7—10天,一般无严重并发症。如果出现突发高热、全身酸痛明显,且近期有流感患者接触史或聚集性发病环境,大概率是甲流,需及时采取措施。

快速判断是否感染甲流

判断是否感染甲流,主要结合流行病学史、临床表现和病原学检查,不要盲目猜测。

第一步先自查:发病前7天内是否与疑似或确诊甲流患者密切接触,是否属于流感样病例聚集发病者之一;是否出现高热、肌肉酸痛、咽痛、咳嗽等甲流典型症状。如果两者都符

关注高危人群

高危人群感染甲流后易发展为重型/危重型病例,需重点关注,及时检测、诊断和治疗;

高危人群包括:

1.年龄<5岁的儿童(尤其是<2岁);2.

年龄≥65岁的老年人;3.有慢性呼吸系统疾