作者：张思玮 来源：中国科学报 发布时间：2024/12/29 21:42:48 选择字号：小 中 大

儿童流感如何防治？读这23个问题就够了！

流感是人类面临的主要公共健康问题之一，儿童是流感的高发人群及重症病例的高危人群。

为此，2024年由中国医药教育协会儿科专业委员会牵头，组建由包括儿童呼吸科、感染科等多个学科25位专家组成的指南工作组，制订了《儿童流感诊疗及预防指南（2024医生版）》，并在此基础上制订了《儿童流感诊疗及预防指南（2024患者与公众版）》，设计了23个临床问题，期待患儿家长和/或公众，与医生联动共同提升我国儿童流感防控水平。发表于《中华实用儿科临床杂志》。

问题1：什么是流感病毒？流感病毒是如何分型的？

流感病毒是一种RNA病毒，属于正黏病毒科，根据病毒内部的核蛋白和基质蛋白抗原性的不同，主要分为甲型、乙型、丙型和丁型。

问题2：流感流行季节有何特点？

流感是流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。我国甲型流感在北纬33度以北的北方省份呈冬季流行模式，北纬27度以南的最南方省份呈春季单一年度高峰，中间纬度地区呈每年冬季和夏季的双周期高峰；而乙型流感在我国大部分地区呈单一冬季高发。

问题3：流感是如何传播的？

流感主要通过呼吸道分泌物的飞沫传播，也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。在特定场所，如人群密集且密闭或通风不良的房间内，流感病毒也可能通过气溶胶的形式传播，需要好通风和有效个人防护措施。

问题4：儿童流感每年的发病率大约是多少？

每年流感流行季节，儿童流感罹患率约为20%～30%，某些高流行季节年感染率可高达50%左右。

问题5：什么是流感大流行？

流感大流行指的是全球范围内流感病毒的大规模传播，通常涉及新的流感病毒亚型或突变体，导致大量人群普遍缺乏免疫力。

问题6：儿童流感的典型症状是什么？不同年龄段儿童流感症状有何特点？

典型症状包括发热、咳嗽、喉咙痛、流鼻涕、肌肉疼痛、头痛和乏力。年龄较小的儿童可能还会出现食欲不振、呕吐和腹泻等消化道症状。

0～3岁儿童流感的症状不典型，可能表现出食欲不振、易哭闹、呼吸急促等症状。

3～6岁儿童多表现为明显的发热、咳嗽和喉咙痛，活动较平时有减少。

6岁以上儿童症状接近成人，可能出现寒战、高热，全身症状（肌肉酸痛、乏力等）较明显。

问题7：儿童流感的并发症有哪些？

儿童流感可能引发的并发症包括肺炎、中耳炎、支气管炎和急性呼吸窘迫综合征、神经系统并发症、心脏损伤、横纹肌溶解等，危重症病例可出现脑毒性休克、暴血细胞综合征，危及生命。

问题8：儿童流感如何与普通感冒及新型冠状病毒等其他病毒感染区别？

流感与普通感冒相比，通常症状更为严重，突然发生且伴有明显的全身不适，近期有流感的接触史有助于鉴别。普通感冒的症状往往较轻，而且相关流感病原学检测阴性，或可找到相应其他的感染病原证据。流感与新型冠状病毒感染的区别需要通过实验室检测来确诊，例如反转录-聚合酶链反应检测。

问题9：儿童重症流感的高危因素有哪些？

高危因素包括神经系统疾病、肺部疾病、心血管疾病、染色体病或基因缺陷病、肿瘤、糖尿病、免疫功能低下、早产儿或新生儿等。

问题10：流感的检测方法有哪些？

流感的病原学检测方法主要包括抗原检测、血清抗体、核酸检测和病毒分离与鉴定等。

问题11：儿童流感的诊断标准有哪些？

诊断主要结合流行病学史、临床表现和病原学检查。在流感流行季节，出现以下表现：(1)发热，体温≥38 ℃；(2)伴有咳嗽和/或咽痛的被称为流感样病例，再同时具有以下1种或1种以上病原学检测结果阳性者，可被确诊为流感：①流感病毒核酸检测阳性；②流感抗原检测阳性；③流感病毒分离培养阳性；④急性期和恢复期双份血清流感病毒特异性IgG抗体水平呈4倍或4倍以上升高。

问题12：治疗儿童流感的药物有哪些？

抗流感病毒药物主要包括以下4类，神经氨酸酶抑制剂、细胞血凝素抑制剂、离子通道抑制剂、RNA聚合酶抑制剂。患者必须遵循专业医生指导下服用。

问题13：什么情况下需要紧急就医？

若儿童出现发热、咳嗽、咽痛等流感样症状，同时伴随以下情况时：(1)精神和神志改变：反应迟钝、嗜睡、烦躁、惊厥；(2)呼吸困难和/或呼吸频率加快；(3)严重呕吐、腹泻，出现眼水表现；(4)尿量明显减少，四肢末梢冰冷，皮肤颜色差、发花；(5)原有基础疾病(如哮喘)明显加重；(6)高热持续不退、喂养困难等。

问题14：流感药物治疗的疗程？

目前在我国获批用于儿童抗流感病毒治疗的药物中，奥司他韦和扎那米韦需要连续使用5天，帕拉米韦则需要根据患儿病情连续静脉滴注1～5天，重症患儿在此基础上应适当延长疗程。玛巴洛沙韦的片剂或者干混悬剂，均只需口服1次。

问题15：某些具有基础疾病的流感患儿应如何治疗？

当患儿存在基础疾病时，比如慢性呼吸系统疾病、心血管疾病、肝脏疾病、神经与神经发育疾病，应及时就医并立即启动抗流感病毒治疗，并根据其基础疾病特点，结合抗流感病毒药物对于基础疾病的风险，选择适当方案。

问题16：流感患儿如何居家护理？

轻症流感患儿可居家隔离，同时应密切观察病情变化。患儿居家期间，应保证充足的睡眠，避免过度劳累，多喝水，均衡饮食，摄入富含蛋白质、维生素和矿物质的食物。注意个人卫生，勤洗手，房间保持通风，定时清洁地面。患儿咳嗽时应用干净的手绢、纸巾或衣袖遮盖口鼻，及时清理污染物。家庭成员应尽量保持社交距离、戴口罩。密切关注体温变化，注意咳嗽、咳痰、呼吸困难等症状是否加重。保持心情愉悦。遵医嘱用药。

问题17：中医药方法可以预防和治疗流感吗？

中医预防流感的方案包括根据儿童的不同体质给予不同的中药方剂口服。

问题18：接种流感疫苗的重要性和益处？

疫苗接种是预防流感病毒感染最好的方法，可以有效降低流感发病率、降低重症和病死率、降低公共卫生和经济负担。另外，接种流感疫苗还可以减少儿童抗生素的使用。

问题19：流感疫苗的种类与预防效果？

已上市的流感疫苗分为灭活疫苗、减毒活疫苗和重组疫苗。按所含组分，流感疫苗可分为三价和四价疫苗。根据生产工艺，流感疫苗又可分为基于鸡胚培养、基于细胞培养和重组流感疫苗。

问题20：什么时间接种流感疫苗？

通常流感疫苗接种2～4周后可产生具有保护水平的抗体。我国各地流感活动高峰的出现时间和持续时间不同，推荐在能够接种疫苗的时候，提早时间去接种，最好在当地流感流行季前完成，整个流行季内也能接种。

一般情况下，冬春季是我国南北方地区流感高发期，南方地区往往还会在夏季出现高发流行。从全国范围来看，10月底前接种流感疫苗是比较理想的时间。

问题21：什么情况下可以用药物预防？

流感暴发时，不能采用疫苗预防的人群和下列重点儿童人群可采用药物预防：(1)接种流感疫苗2周内并未获得最佳免疫力的高危儿童；(2)作为高危儿童疫苗接种的补充，包括免疫功能受损的儿童和接种疫苗后未产生足够保护性免疫反应的高危儿童；(3)流感流行的毒株与疫苗株不匹配时，流感并发症高风险儿童及其家庭成员和密切接触者。

问题22：哪些生活习惯可以帮助预防流感？

保持良好的个人卫生习惯是预防流感的重要手段，这些非药物干预措施包括：(1)勤洗手；(2)保持环境清洁和通风；(3)在流感流行季节尽量避免去人群聚集场所，避免接触呼吸道感染患者；(4)咳嗽或打喷嚏时，用上臂或纸巾、毛巾等遮住口鼻，随后及时洗手，避免接触眼睛、鼻或口；(5)家庭成员出现流感患者时要尽量避免互相接触，出现流感症状的患儿去医院就诊时，应做好防护(如戴口罩)，避免交叉感染。

问题23：儿童流感康复后多长时间可以复课？

流感患儿平均排毒时间为4～8天，即使在症状出现48小时内接受抗流感病毒治疗，患儿的平均排毒时间仍为3～5天，中位退热时间为2天，症状缓解的中位时间为53.8小时。这表明，孩子退热了，流感样的症状也好转之后，还有2天的时间可能会排出流感。

相关论文信息：https://doi.org/10.3760/cma.j.cn101070-20241028-00692

版权声明：凡本网注明“来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志”的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动！微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：shouquan@stimes.cn。

打印 发E-mail给： ED

相关新闻 相关论文

1 一周热闻回顾（2024年12月29日）
2 无菌隔离实验，烧并同行评审，他们挑明抗病技艺文章
3 第八届航空科技大赛生物医药领域TOP10名单出炉
4 连续16年发布！气候变化绿皮书呼吁加强低碳合作
5 近视眼不会完老花眼，是“误会”吗？
6 美国国立卫生研究院长起重新检查生物医学研究倡议
7 全球灾难，花钱也难“超额”了
8 运动带来的短期认知提升可以持续24小时

图片新闻

>>更多

一周新闻排行

1 29岁成武大最年轻正教授！他杨望先理头做事
2 华科大获今年首笔9位数捐赠！
3 福建福耀科技大学已有溥内外科士16人，他们都是谁
4 中国科学家开创二维金属研究新领域
5 火星省石上的“纺纹”可能是生命迹象
6 2024年度上海市科学技术奖复评结果公示
7 RNA活字晶墨打印机“毕昇一号”研究成功
8 7年研究投稿3月被撤收！他们抽力改写教科书
9 西班牙洞穴中的猿部化石属于首个西欧人
10 失踪130年智利罕见鲑“重出江湖”

编辑推荐好博文

- 基金申请最后一周！距时间还能做哪些提升？
- 研究生发SCI/SSCI论文需知道的10个网站或数据库
- 科学网2025年2月十佳博文榜单公布！
- 代数学之父——花拉子米
- 后会精彩
- 探索解谜，共筑女性健康未来——2025最新热点主题征稿中

更多>>

编辑推荐