

多种呼吸道疾病“叠加流行”

医生提醒:做好防护 积极接种疫苗



□ 全媒体记者 刘惠子

今年冬季,感冒、流感和支原体感染等疾病混杂流行。医疗专家介绍,与往年相比,今年多种呼吸道疾病共同流行,且主要影响低龄人群和老年人群。

在多种病原体叠加传播的冬季如何科学有效应对?专家提示,做好个人防护可减少感染风险,接种疫苗是预防的有效手段,倡导重点人群积极接种。

就诊情况: 老年人与孩子居多

1月9日10时,安庆市第一人民医院输液室内,9岁的鹏鹏一边输液一边咳嗽。一旁的妈妈轻轻拍着鹏鹏的背,心疼又无奈地说:“这个冬天,鹏鹏已经多次‘中招’。一个月前因为甲流住院,现在又感染了支原体。”

市第一人民医院儿科副主任医师王晨告诉记者,入冬以来,流感、支原体肺炎等呼吸道疾病轮番上阵,导致流感患儿数量一直居高不下。

“中招”患者中,老年人和孩子居多,也有不少中老年人。患者吴

勇告诉记者,元旦假期,他有些轻微咳嗽,随后开始发高烧,就诊后被确诊为支原体肺炎,需住院治疗。

市第一人民医院呼吸与危重症医学科副主任医师刘和俊介绍,近期呼吸道感染性疾病以流感为主,此外还有由鼻病毒、肺炎支原体、呼吸道合胞病毒等引起的感染。

近期急性呼吸道疾病患者持续上升与多种呼吸道病原体叠加有关。多病原监测结果显示,不同年龄群体主要流行的病原体不同,其中1—4岁人群以流感病毒、鼻病毒为主;5—14岁人群以流感病毒、肺炎支原体、腺病毒为主;15—59岁人群中以流感病毒、鼻病毒、新冠病毒为主;60岁及以上人群以流感病毒、人偏肺病毒和普通冠状病毒为主。

如何区分不同呼吸道疾病?刘和俊介绍,流感临床表现一般是突发高热,咳嗽、咽痛,可伴寒战,头痛或肌肉关节酸痛。腺病毒感染的典型症状是咳嗽、鼻塞和咽炎,另有部分分型腺病毒可引起胃肠炎,导致腹痛、腹泻等。呼吸道合胞病毒易反复感染,传染性强。支原体肺炎以发热、咳嗽为主要临床表现,在起病时表现为有剧烈的阵发性刺激性干咳,可伴有头疼、流涕、咽痛、耳痛。

若呼吸道感染好转之后再次出现症状反复,如再次发烧、咳嗽再次加重等,可能出现了其他病原感染。一旦出现多种病原混合感染的情况,病情往往较重,需及时就医。

医生提醒: 做好防护 积极接种疫苗

在采访中,专家提示,个人防护是预防呼吸道感染的关键,包括戴口罩、勤洗手、保持一定社交距离、避免前往人群密集的公共场所等,这些措施能显著减少感染风险。对于轻微症状,如轻度发热或咽痛,可在家进行自我管理。例如,可使用有效的中药来缓解症状。这样做不仅可以避免不必要的医院访问,还可以减少在医院感染其他病原体的风险。

安庆116医院呼吸与危重症医学科主任医师王志国介绍,接种流感疫苗是预防流感的有效手段,可以降低患流感和发生严重并发症的风险,倡导“一老一小”等重点人群积极接种相关疫苗。

老年人接种流感、肺炎球菌等呼吸道疾病的疫苗,人群使用结果证明是安全有效的。接种过程中,要注意的是,对要所接种疫苗、所接种疫苗成分,或同类技术路线疫苗有明确严重过敏史的不能再接种。如果有慢性病,正处在急性发作期的,则需要缓种,待健康状况稳定后考虑接种。如果接种后出现怀疑与疫苗接种有关的健康损害或者其他反应,要及时就医并进行报告。

有呼吸道症状时,要做好防护,保持社交距离,避免家庭、单位内交叉传染。

冷空气“补货” 气温起起落落

本报讯(全媒体记者 程呈)昨日进入冬三九,打开了升温通道之门,全市最高气温回升至10℃以上。今天天气迎来“小插曲”,随着一股冷空气“补货”,气温较昨日下降4~6℃,明起气温又将重回两位数。

昨日早上有大雾,午间雾散去后,阳光照向大地,气温直线上升。14时30分,安庆气温全线升至两位数,岳西五河、宿松趾凤等局部地区气温超过17℃。

俗话说“冷在三九四九”。常年来看,三九时节是一年中最低冷的时段,但目前来看,今年情况将有所不同。自上周以来,多股冷空气轮番登场。频扰之下,安庆气温起起落落。不过冷空气整体实力不强,且影响区域偏北,故而不“伤筋动骨”,难改气温回升的大趋势。

今天这股冷空气的实力也一般,虽带来一定幅度的降温,体感会较昨日寒冷,但这股寒意的持续时间也仅到今天为止。

明天起至14日,安庆又将迅速升温,气温直奔“2”字头。14日气温将来到近期高点,预计最高气温高达19℃,局部地区冲破20℃,暖如3月春分时节。多云到晴天气牢牢掌控舞台,安庆大部地区基本无降水。久晴之下,森林火险气象等级较高,需注意野外防火及家居用火用电安全。

后期还有没有强冷空气?气象专家介绍,回暖期间,冷空气并没有闲着,而是在“憋大招”,增强自身势力。在全球变暖的背景下,气温变化的不确定性也增强了很多,极端天气出现的可能性随之变大。对于公众而言,要及时关注天气发展,避免因极端温度和极大温差给健康带来威胁。

1月5日,桐城市青草镇一学校操场上,学生们在打乒乓球、踢足球、击腰鼓等。

近年来,该校利用校园运动场和其他空旷场地,因地制宜开展丰富多彩的课间活动,充分保障学生“大课间+小课间”休息时间,全面维护学生身心健康。

全媒体记者 储永志
通讯员 张凌鹤 摄



第九届省中小学体育教师教学基本功完赛

安庆5名教师展“身手”比“武”艺

本报讯(全媒体记者 程呈 通讯员 金敏)1月3日至5日,第九届安徽省中小学体育教师教学基本功比赛在芜湖市举办,我市5名中小学体育教师走上赛场,参与技能比拼,秀体育基本功,展现了安庆体育教师的良好精神风貌。

本次比赛内容包括单元教学设计、评课、广播体操、篮球等多个专项技能和教学技能展示,全面考察体育教师的综合素质和教学水平。

我市参赛的5位体育教师分别是来自高琦小学圆梦新校区分校的雷帆、滨江实验学校的吴迪、安庆石化一小的程洛周、安庆石化一中的余凯和茶岭初中的何广胜。

技能展示赛场上,参赛老师们互相比拼“武艺”。篮球技能方面,安庆体育教师们流畅完成运球、传接球和投篮等动作;广播体操展示现场,教师们动作正确连贯,幅度和力度到位;田赛急行跳远项目

上,教师们起跳准确有力,空中和落地动作优美。

体育教师基本功比赛是提升教师专业素养的重要方式之一,我市5位参赛体育教师都选拔自2023年10月举办的安庆市体育教师基本功大赛。通过前期充分的备赛,5位教师在比赛中充分展现了安庆体育教师的实力和水平,为学生们树立了良好的榜样,同时也为自身教育教学工作增添了自信和动力。



近日安庆天气情况:

今日,多云转晴,0~8℃;明日,多云到晴,1~13℃。