

两大疫苗携手防控流感

□记者 瞿乃婴

10月30日,国家卫生健康委员会就我国流感防控工作召开例行新闻发布会。国家卫生健康委疾控局副局长贺青华介绍,今年我国的流感疫苗总体供应量充足,全国流感疫苗计划供应约2800万剂次。

贺青华介绍,我国部分地区预防接种点出现的流感疫苗供应紧张情况,并非由疫苗总体供应不足引起,而是今年流感疫苗较往年提前1个月上市,部分群众认为越早接种越好,于是便扎堆到预防接种点要求提前接种。不过,疫苗是分批次供应上市,且按照流感流行规律由北向南有序供应,因而导致部分预防接种点出现供应紧张的情况。目前,通过做好预约登记等措施,相关情况正在逐步缓解。

今年,国家卫生健康委积极协调国家药监局加快疫苗检测,首批通过批签发的疫苗较去年提前近1个月,目前的流感疫苗批签发量已超过2000万剂次,已供应各地1700多万剂次,是去年同期供应量的3倍。各地流感接种工作正有序进行,累计接种量超过800万剂次,是去年同期的2倍。

接种生物疫苗 远离重症流感

北京大学人民医院呼吸与危重症科主任、全国流感医疗救治专家组成员高占成介绍,流感和感冒在病原和临床症状上均有很大的区别。

从病原来看,感冒主要是因淋雨、劳累或受凉,造成人体抵抗力低下,由自身携带的鼻病毒、冠状病毒等病原所致;而流感大多与密切接触周围环境有关。

从临床症状来看,感冒时的局部症状较重,如打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、嗓子疼,主要表现在鼻咽部的炎症。还有些合并细菌感染的病人会出现扁桃体炎,甚至是化脓性扁桃体炎。不过,感冒患者的全身发热情况较轻,一般2~3天就会好转。流感则呈现出全身症状重、局部症状轻的表现。全身症状表现为发热,有些患者甚至会超过39℃,还有全身肌肉酸痛、食欲不佳等全身表现。流感早期,局部呼吸道症状并不典型,但可能会继发下呼吸道感染,如继发肺炎就会出现咳嗽等表现。

流感病死率小于1%,像《流感下的北京中年》中所发生的以流感病毒掠夺生命的悲剧是极端低概率事件。大多数流感患者在1周左右就能基本康复,仅个别患者会发展为肺炎,或出现心、脑等重要器官的并发症。尽管如此,我们依然要对流感加以重视。在流感季到来前接种流感疫苗,能预防流感,或降低并发症的严重程度。一旦得了流感,要戴上口罩去医院就诊,早发现、早诊断、早治疗,愈后会比较好。

接种“社会疫苗” 预防感染流感

近期,由国家卫生健康委印发的《2019—2020年流行季流感防控工作方案》提到,综合防控流感要提倡健康生活方式,养成良好卫生习惯,流行季避免到人群密集场所,患病外出时应佩戴口罩,轻症居家休息、自我隔离等几项“社会疫苗”措施。

国家卫生健康委疾控局局长常继乐对此解释,除了接种生物疫苗,还有很多方法可以防控流感。其一是养成良好的卫生和健康习惯,包括勤洗手、戴口罩,避免摸眼睛、揉鼻子,流感患者在咳嗽和打喷嚏时,要用纸或毛巾捂住口鼻,并尽可能不去人群密集处。其二,要坚持合理膳食、适量运动、戒烟限酒和平衡心理这四大健康基石。这些“社会疫苗”是防控疾病最经济、最根本、最有效的手段之一,能够取得非常好的效果。

秋冬季节,发生“吃坏肚子,上吐下泻”的概率照理会随着气温的下降而减少,但上海市疾病预防控制中心近年来的监测结果提示,病毒感染将在这个季节逐渐取代细菌,成为人群腹泻病的主要病因,其中以轮状病毒和诺如病毒为主。这两种病毒有什么异同?我们又该如何防治呢?

更喜婴幼儿的轮状病毒

轮状病毒是引起全球婴幼儿病毒性腹泻的主要祸首,但成人和儿童均会感染。本市监测结果显示,轮状病毒感染的发病高峰在1月,夏季少有发生。在腹泻病患者中,轮状病毒的检出率仅次于诺如病毒。

患者在感染后3天内可出现腹泻、呕吐、腹胀、发热等症状。大便秘状常见的有水样便、蛋花汤样便或黄绿色稀便,患儿可因腹泻导致中度脱水或伴电解质紊乱加剧,甚至出现营养不良。这些呕吐物和粪便携带了大量具有较强生存能力的轮状病毒,可通过粪—口传播或接触传播。有研究推测,该病毒还可能通过喷洒在空气中的飞沫来传播。好在,该病一般预后良好。

大小通吃的诺如病毒

诺如病毒在腹泻病患者中的检出率居首位,是导致全球腹泻病散发和暴发疫情最主要病原,成人、儿

轮状病毒		诺如病毒
病毒学	呼肠病毒科双链 RNA 病毒	杯状病毒科单股正链 RNA 病毒
传染源	患者、隐性感染者、病毒携带者	
传播途径	粪-口传播、接触传播	粪-口传播、气溶胶传播、接触传播
易感人群	人群普遍易感	
季节分布	季节性明显发病高峰为 1 月	具有一定季节性发病高峰为 12 月-次年 1 月和 3 月
潜伏期	1-3 天	1-2 天
症状	腹泻、呕吐、腹痛等	
粪便性状	水样便或蛋花汤样便或黄绿色稀便	稀水便或水样便
病程	3-7 天	2-3 天
治疗	补液、预防脱水等对症治疗,无特异性治疗。	
疫苗	有	无

轮状、诺如,两种病毒要分清

童均会感染。

本市监测结果显示,感染全年均可发生,但每年12月到次年1月,以及3月呈现2个发病高峰。

感染诺如病毒后的2天内,患者会出现恶心、呕吐、发热、腹痛、腹泻等症状,严重时因腹泻脱水致死。这些患者中,儿童多以呕吐为主,成人多以腹泻为主,粪便为稀水便或水样便,无黏液脓血。诺如病毒的生存能力强、传播方式多、致病能力强,以肠道传播为主,既可通过受污染的水、食物等传播,也可通过空气(气溶胶)传播,还可通过接触被患者污染的物品传播,容易引起聚集性疫情。

预防要点较相似

轮状病毒和诺如病毒均主要通过水、食物、日常生活接触等途径传播,预防要点较为相似。

- 注意个人卫生,养成良好的卫生习惯,勤洗手,尤其是饭前便后。
- 注意饮食和饮水卫生,喝开水、吃熟食,不食不洁、无证食品。
- 在秋冬季腹泻高发期,尽量少去人多的公共场所。保持室内良好的空气流通,每日开窗通风不少于2次,每次不少于30分钟,减少病毒感染的机会。
- 多吃新鲜蔬果,多元化饮食。
- 增强锻炼,改善体质。
- 接种疫苗是预防轮状病毒的重要措施。
- 如发现患者,应及时隔离,以免疫情扩散。处理患者的呕吐物和排泄物时,使用手套和口罩等,并用家用漂白水 and 含氯消毒液清洗消毒染污的地方及物件。

上海市疾病预防控制中心 宫霄欢 陈 蕾

本栏目由
上海市预防医学会提供支持

上海为宁夏视健康“输血造模”

10月28日,由上海市眼病防治中心、国际奥比斯和宁夏回族自治区人民医院联合发起的“上海国际儿童眼健康培训中心暨宁夏综合儿童眼保健网络体系”项目在上海市眼病防治中心正式启动,旨在促进宁夏小儿眼科中心和视光中心人才梯队建设、服务能力建设、眼保健服务人员培训,以及健康宣教、治疗、康复、研究等工作。

近年来,我国青少年近视率居高不下,已成为影响儿童青少年健康的主要公共卫生问题之一。国家已连续多年将“全国爱眼日”的主题聚焦儿童青少年眼健康领域,特别是近视问题,充分表明国家高度重视青少年眼健康,同时也说明我国儿童青少年近视问题形势十分严峻,亟待有效解决。

2018年,国家教育部、国家卫生健康委等八部委联合印发《综合防控儿童青少年近视实施方案》,将防控儿童青少年近视上升为国家战略。9月11日,由上海市眼病防治中心联合市疾控预防控制中心、市妇幼保健中心、市健康促进中心等公共卫生专业机构,以及市学生活动管理中心、本市眼科临床专业技术力量共同成立了上海市视觉健康中心(上海市儿童青少年近视防治技术中心)。该中心承担起了本市视觉健康技术支持中心、管理协调平台、研究转化平台和培训实践基地等职能,成为本市儿童青少年近视防治工作的新起点。

站在这个新的起点上,上海市眼病防治中心在思考如何充分发挥管理协调、研究转化和培训实践的职能优势,不断借助社会各界力量,源源不断地将“上海模式”输送至西部地区,为更广泛的儿童青少年人群眼健康保驾护航。“上海国际儿童眼健康培训中心暨宁夏综合儿童眼保健网络体系”项目便应运而生,这也是上海市视觉健康中心揭牌后的一项新举措。

上海市眼病防治中心是一家集“医、教、研、防”四位一体的眼病预防与治疗机构,负责上海市眼病防治工作



的规划和组织,以及各区眼防机构具体工作的技术指导。中心已在上海构建了成熟的“市—区—社区”眼病防治综合服务体系,眼公共卫生、临床诊治和学术声誉在中国名列前茅。国际奥比斯是一家致力于防盲治盲的非盈利机构,自1982年起在中国各地开展各类公益慈善防盲治盲活动和项目,超过200万中国眼病患者得到治疗,超过7万名基层眼科医生及医务工作者接受培训。

在此次合作中,上海市眼病防治中心和上海市视觉健康中心负责模式输出和技术指导,国际奥比斯提供资助,将为国内外儿童眼健康服务提供规范化的人才培训平台,并聚焦建设儿童高度近视眼健康服务示范模式。同时,国际奥比斯将与上海市眼病防治中心开展进一步合作,将上海儿童近视防控模式推广至宁夏回族自治区,在当地建起综合儿童眼保健网络及儿童青少年近视防控体系。项目将为宁夏7个县市提供视光和儿童眼健康转诊服务,并开展低视力康复、眼科医生技术培训等工作,希望通过减轻屈光不正导致的负担,强化宁夏小儿眼科及低视力康复服务,为当地有视力缺陷的孩子们创造更多接受教育的机会。

记者 瞿乃婴 通讯员 张丹琪