



# 预防

## 流行性感冒

Prevention of  
influenza

无锡市疾病预防控制中心

地址:无锡市金城路499号

邮编:214023

电话:0510-82723439

网址:www.wxhealth.com



无锡市疾病预防控制中心  
WUXI CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

# Prevention of influenza

## 什么是流感？



### 流行性感冒（简称流感）：

是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有传染性强、传播速度快的特点。老年、儿童、患慢性基础性疾病及体弱人群患流感后容易出现肺炎、心肌炎、脑膜炎等并发症，甚至导致死亡。

### 流感的临床症状有哪些？

流感潜伏期最短数小时，最长4天，一般为1-3天，“典型”流感以突然畏寒、高热、头痛、头晕、全身酸痛、乏力等症状为特征，可伴有咽痛、干咳、流鼻涕、流泪等呼吸道症状，少数病例有食欲减退，伴有腹痛、腹胀、呕吐和腹泻等消化道症状。



## 它与普通感冒的区别是什么？

内容	流行性感冒（流感）	普通感冒
致病原	流感病毒	鼻病毒等多种病原体
发病季节	高发期冬、春季	无明显季节性
发热程度	多高热（39~40℃）有寒颤	低热、无发热现象
全身症状	高烧头疼、全身肌肉酸痛	喷嚏流涕、鼻塞咳嗽
传染性	丙类传染病，大范围流行	非传染病，一般不流行
并发症	肺炎、心肌炎、脑膜炎等	一般无
病死率	较高，一般由并发症引起	较低

## 公众如何正确、科学应对流感？

### 流感一般会自愈

流感是自愈性疾病，一般会在一周左右痊愈，发病后注意及时对症处理（如补水、降体温等）。

### 高危人群防止发生并发症

少部分患者可出现肺炎、心肌炎、中毒性休克等并发症，甚至会导致死亡，建议儿童、老人及慢性基础性疾病患者等高危人群在医生指导下及时进行抗病毒治疗。

### 抗病毒药物

目前临床上较有效的抗病毒药物主要为奥司他韦、扎那米韦和帕拉米韦，早期抗病毒治疗可减轻症状、缩短病程、减少并发症、降低病死率。抗病毒治疗最好在发病48小时之内应用抗流感病毒药物，对病程超过48小时的患者抗病毒治疗也是有效的。

## 日常生活中如何预防流感？



● 接种疫苗是预防流感最基本的措施。由于流感病毒变异快，疫苗接种6~8个月后保护性抗体水平会降低，因此流感疫苗应每年接种一次。目前无锡市各预防接种门诊均可提供流感疫苗的接种服务，6月龄

以上儿童以及成人均可接种；

● 保持环境清洁和通风，尽量减少到人员密集、空气污浊的场所，尤其在流感流行季节，老年人与慢性病患者尽量避开人群聚集场所，避免接触呼吸道感染患者；

● 注意个人卫生习惯，勤洗手，特别是饭前便后、触摸眼睛、鼻或口腔后、外出回家后；尽量用洗手液或肥皂、流动水洗净；



● 出现流感样症状后，要保持良好的呼吸道卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻，咳嗽或打喷嚏后洗手，尽量避免触摸眼睛、鼻或口；家长带有流感症状的患儿去医院就诊时，应同时做好患儿及自身的防护（如戴口罩），避免交叉感染；

● 家庭成员出现流感患者时，患者应佩戴口罩，并要尽量避免相互接触，尤其是家中有老年人及慢性病患者时；

● 幼儿园、学校要落实晨午检制度，出现集体感染事件时，学校应尽早对患儿采取隔离措施，建议患儿居家休息，避免其与班级内未感染孩子接触，减少疾病传播。

