如何区分流感和普通感冒？流感痊愈了，还会再感染吗？

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/31392.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

如何区分流感和普通感冒？流感痊愈了，还会再感染吗？。如何判断自己是得了流感还是普通感冒？

当身体出现症状以后，我们可以从以下几个方面初步分析是流感还是普通感冒。

首先是流行病学史。在流感高发的冬春季节，如果我们出现流感样症状，特别是密切接触流感病例之后，出现高热、咳嗽、咽痛、肌肉酸痛、乏力等症状，很可能是感染了流感。普通感冒一般没有明确的传染源。

其次是从症状上看。流感症状更重、起病急，往往是38.5℃以上的发热，并且除了咳嗽、咽痛，还会有明显的全身症状，如头痛、肌肉酸痛、特别乏力。普通感冒一般是低热或者中等程度发热，还有人不发热，症状比流感轻，主要是鼻塞、流涕、打喷嚏。

人偏肺病毒不是一种新病毒

个别外媒讲“中国暴发人偏肺病毒感染”，这是不存在的。人偏肺病毒并不是一种新病毒。人偏肺病毒是引起冬季呼吸道传染病的常见病原体，至少已经伴随人类几十年了。近年关于人偏肺病毒的报道增多，主要是由于检测手段的发展进步。另外，监测显示，当前呼吸道样本核酸阳性率中，人偏肺病毒的占比并不高。

像人偏肺病毒、呼吸道合胞病毒、鼻病毒感染都是自限性疾病，大多数症状可以自行消失，感染后对症治疗、多休息，等待免疫系统清除病毒自愈就可以。

人偏肺病毒对于各年龄段的人群都是普遍易感的，儿童、老年人、免疫低下人群感染后的症状会更严重一些。大龄儿童和成人因为既往感染会获得一定的免疫力，再次感染的症状会比较轻。

不要迷信流感“明星药”，对症治疗也有效

玛巴洛沙韦近期确实在网上比较火，但是目前我们国家只批准玛巴洛沙韦用于治疗流感，尚未批准该药用于暴露后预防。使用玛巴洛沙韦治疗流感时应该注意以下几点。

一是抗病毒药物应该尽早使用，建议在发病48小时以内使用，这样才能发挥比较好的作用。

二是我国目前只批准玛巴洛沙韦用于5岁及以上人群抗病毒治疗。5岁以下的儿童流感仍然应该使用奥司他韦，以及孕妇和哺乳期女性流感抗病毒治疗要选择奥司他韦。

三是玛巴洛沙韦与其他药物共同使用时，可能有一些相互作用，如果我们需要使用该药，一定要告知医生我们平时正在使用的其他药物，包括非处方药和保健品，以避免药物相互作用。四是如果我们在使用药物过程中出现皮疹、瘙痒、呼吸困难等过敏症状，或者出现了其他严重不适，应立即停药并且就医。

最后，特别提醒一点，治疗流感，大家不要过于迷信某一两种“ 明星药 ”，科学使用对症治疗的药物，充分休息，都有助于我们更快康复。

流感痊愈了，还会再感染吗？

已经感染过一次流感病毒的人，他可以对这次感染的流感毒株产生一定的免疫力，短期内再重复感染同一种流感毒株的可能性是非常低的。但是感染这个流感毒株产生的免疫力，对其他流感毒株是没有保护的。我国现在流行的毒株99%以上都是甲型H1N1流感，如果我们感染了一次，就可以获得对甲型H1N1流感毒株的保护。但是现在的流感疫苗一般都是三价或者四价的，如果我们感染过流感毒株，再去接种疫苗，还可以获得对其他毒株的保护，比如我们还能获得对甲型H3N2和乙型流感毒株的保护。所以，即使得过一次流感，再去接种疫苗，仍然能够获得对其他两种流感毒株的保护。

（北京佑安医院主任医师李侗曾）

来源：国家卫生健康委新闻发布会

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发