预防流感致命，哪些措施最有效？

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/31562.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！

预防流感致命，哪些措施最有效？
。近日，某知名艺人因流感并发肺炎病逝，引发关注。既然流感病毒感染是自限性疾病，能够自我缓解、自行恢复，为什么还会致命呢？

事实上，流感病毒致命由来已久。1918年暴发的西班牙大流感期间，全球至少5000万人因感染死亡。在个别疫情中，感染死亡率非常高。如当时一艘英国轮船上，75%船员感染，7%船员死亡。

随着流感疫苗的普遍接种和特效药物的研发使用，流感病毒对于人类的危害一百多年来不断被削弱。中国疾控中心专家多次提醒公众尽早接种疫苗，不仅能预防流感病毒的感染，也能够大幅降低轻症转变为重症的几率。

在春节前的国家卫生健康委新闻发布会上，中国疾病预防控制中心病毒病预防控制所研究员王大燕提醒，目前北半球国家多数处于流感流行季，由于各个地区的地理环境因素、气候环境因素不同，公众如果去往其他国家或地区，出行时也要注意防范流感等急性呼吸道传染。

据媒体近日报道，日本国立感染症研究所1月31日公布的数据显示，自2024年9月2日至2025年1月26日，日本国内累计流感病例据推算已达到约952.3万人。日本厚生劳动省1月9日表示，2024年最后一周（12月23日至29日），日本全国定点医疗机构报告的流感患者人数首次超过30万人关口，刷新1999年采用现行统计方法以来的最高纪录。

那么，得了流感出现什么情况时应及时就医？中国疾病预防控制中心研究员王丽萍此前表示，流感一般1到2周可以自愈，但如果出现持续高热，伴有剧烈咳嗽、呼吸困难、神志改变、严重呕吐和腹泻等重症倾向，应及时就诊。孕妇、儿童、老年人以及有慢性基础性疾病患者，属于高危人群，感染流感病毒之后易引发重症，建议这类人群感染后尽快就医治疗。

专家表示，早期使用抗流感病毒药物可减少流感病毒的复制、传播，而且可有效缩短病程，减少流感感染持续时间，有效预防重症和并发症的发生。

1月20日，国家卫生健康委发布的《流行性感冒诊疗方案（2025年版）》中明确的抗流感病毒治疗原则指出，在流感流行季，有流感重型（危重型）高危因素的流感样病例，应尽早进行抗病毒治疗，发病48小时内进行抗病毒治疗获益最大。发病时间超过48小时有重型（危重型）高危因素的患者和重型/危重型患者，如流感病毒病原学阳性，仍应采取抗病毒治疗。重型/危重型患者根据病原学结果，可适当延长疗程。

由于变异快、免疫逃逸能力强，流感病毒一直都是传染病防控领域的重点“监控对象”。中国疾控中心的监测结果显示，目前流行的流感病毒对于抗病毒药物敏感，药物治疗有效。

在多个抗流感病毒药物中，奥司他韦和玛巴洛沙韦由于见效快、阻断病毒传播机制明确为人们所熟知。“两种药的作用靶点不同。奥司他韦是神经氨酸酶抑制剂，神经氨酸酶可抑制病毒重要的蛋白活性，起到阻断病毒的效果。”河北省邯郸市人民医院院长、主任药师李楠告诉科技日报记者，玛巴洛沙韦作为前体物质进入人体后，可合成一种能直接抑制病毒内部核蛋白的物质——巴洛沙韦，从而阻止病毒复制。

一项发表在《柳叶刀·感染病学》上的研究显示，相较于奥司他韦，玛巴洛沙韦能更快地阻止病毒排毒。“有的患者吃奥司他韦效果不明显，服用玛巴洛沙韦或将更好地缓解症状。”李楠说。

李楠提醒，也有患者可能同时感染多种病原体，想“药到病除”，最重要的是及时就医，明确病原体，然后对症用药。

王大燕表示，预防流感最有效、最经济的手段是接种流感疫苗，接种流感疫苗可以显著降低发病和发生严重并发症的风险。对于每个个体而言，接种疫苗后，机体在一段时间内会产生具有保护效果和足够水平的抗体，能够减少感染几率、减轻症状、缩短病程、显著降低发展为重症和死亡的风险。

作者：张佳星 来源：科技日报

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