
流感中招，必须吃抗病毒药吗？

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/37095.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！

流感中招，必须吃抗病毒药吗？

。近期，我国流感呈上升趋势，整体处于高流行水平。其中，甲型H3N2亚型流感病毒占流行优势，占比超过95%。此外，有少量甲型H1N1亚型和乙型流感病毒病例。

面对流感，人们应积极防治、接种疫苗，采取戴口罩、认真洗手等防护措施。但是流感的传染力非常强，即使采取了上述措施，也可能被流感病毒感染，而且近期网络上流传着奥司他韦等流感特效药产生耐药情况的说法。那么感染流感，到底该怎么办？该如何选择抗病毒药？

流感病毒可通过飞沫、接触和气溶胶等途径传播。流感患者及隐性感染者是流感主要传染源，在潜伏期末和出现症状的早期传染性最强。流感的潜伏期一般为1~4天，起病急。通常情况下，人体对流感病毒普遍易感，因此流感传播的速度快、范围广，但约有50%的感染者为隐性感染者。而出现流感症状的患者，症状也各有不同，大多数为轻症感染，重症病例较少，主要见于免疫力较低的人群。

一般流感患者的主要症状是流感样症状，它并非主要由流感病毒的直接损伤作用造成，而是病毒感染损伤组织细胞后机体产生的炎症反应，由IL-6和TNF等炎症因子作用于下丘脑等神经中枢及肌肉等组织所致。

一般来说，免疫力正常的人出现流感症状后，能很快产生有效的抗病毒保护性免疫，使感染得到迅速控制，病毒最终被人体免疫系统彻底清除。

因此，流感是一种自限性的病毒性疾病，如果不出现继发的细菌感染等并发症，一般病程只有3~4天。对于一般的流感患者，只需要在症状持续期间采取休息、保暖和科学的营养支持措施，待免疫系统发挥抗病毒作用，将流感病毒完全清除即可痊愈。对于发热等流感样症状，也可以单独使用非甾体类抗炎药（如布洛芬等）或者将止咳药（如咖啡因）、抗组胺药（如氯雷他定）和呼吸兴奋药（如伪麻黄碱）制成复合感冒药，以全面缓解感冒症状。需要注意的是，这些“感冒药”主要是对症治疗，虽然能够缓解患者的症状、提高患者生活质量，但一般不能直接抑制或杀死流感病毒，也不能缩短流感病程。

流感发生后，有极少数的病例可能会出现病毒性心肌炎等重症感染情况，甚至可能危及生命。特别是在免疫力低下或者免疫力缺陷的人群中，重症流感及致命并发症的风险较高。因此，用抗病毒药直接抑制流感病毒的感染和复制，是防止重症流感的重要措施。

目前，在流感中应用的抗病毒药主要有金刚烷胺、奥司他韦和玛巴洛沙韦3种。

其中，金刚烷胺是最早一代抗流感病毒药，于1966年在美国获批用于预防流感，1976年获批用于治疗流感。金刚烷胺的主要作用是抑制流感病毒M2蛋白的离子通道作用，降低对宿主细胞的穿透力，还有一定阻止病毒脱壳、释放核酸的作用，并可干扰病毒的早期复制。

但金刚烷胺只能抑制甲型流感病毒感染，对乙型流感无效。金刚烷胺还可用于治疗帕金森病等神经系统疾病。不过，使用金刚烷胺可能出现头晕目眩、头痛失眠、焦虑幻觉、精神错乱、恶心、食欲减退、便秘、口鼻干、白细胞及粒细胞减少等不良反应，对用药者的生活和健康影响较大，因此目前受到了一定限制。

奥司他韦是第二代抗流感病毒药物，于1999年在美国首次注册，2002年在我国获批上市，主要用于预防和治疗流感。奥司他韦的主要作用是抑制流感病毒的神经氨酸酶（NA）活性，从而抑制流感病毒的释放和在患者体内的播散，起到抗病毒的作用。相比金刚烷胺，使用奥司他韦的不良反​​应少且轻微，常见的不良反应主要包括出现幻觉、易激动等神经-精神症状及过敏反应等。

玛巴洛沙韦是日本盐野义制药公司与瑞士罗氏制药公司共同开发的抗流感病毒药物，2018年在日本和美国获批上市，2021年在我国获批用于治疗流感。该药的主要作用是抑制流感病毒的RNA合成，从而阻断其在细胞内的复制和增殖，主要适用于既往健康的成人和5岁及以上儿童甲型和乙型流感。玛巴洛沙韦的不良反应很少见，主要是过敏反应和幻觉等神经-精神症状。

目前来说，金刚烷胺和奥司他韦都出现了耐药流感病毒株和一定的耐药现象，而玛巴洛沙韦的耐药情况还比较少见，这可能是当前有些流感患者选择该药的原因之一。

在流感中，应用抗病毒药物主要通过抑制流感病毒黏附和感染宿主细胞及抑制病毒基因组的复制，缩短流感病程和降低重症感染风险。症状出现后，一般人体很快可产生有效的免疫保护，因此抗病毒药一般只在流感症状出现的24小时或48小时内使用，迟于这个时间，意义就不大了。

在免疫力低下或者免疫力缺陷的特殊人群中，医生可根据需要，在24小时或48小时后使用抗病毒药。

应该注意的是，抗病毒药只能抑制流感病毒的感染和复制，不能直接杀死和清除流感病毒。彻底杀死和完全清除流感病毒，只能依靠患者自身的免疫力，因此，使人体免疫力充分发挥抗病毒免疫作用，才是防治流感的关键。建议大家平时规律生活、注意营养摄入、采取措施预防流感，在出现流感症状或者存在感染风险时，注意休息、保暖，使人体免疫力充分发挥作用。

（作者系北京大学基础医学院教授）

作者：王月丹 来源：中国科学报

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](https://www.iikx.com)转发