

# 流感袭全球 到底要不要打疫苗?

## 专家:最佳预防手段 可降低发病率

寒冬之中流感疫情来势汹汹,不仅中国流感活动处于冬季高峰,北美、欧洲等地流感病例数量同样明显增多。专家指出,流感高峰期来临,接种疫苗是最佳预防手段。

### 流感进入高发季

世界卫生组织“全球流感规划”主任张文庆指出,当前美国和加拿大境内甲型 H3N2 流感病毒占主导;中国则是乙型流感病毒占优势,甲型 H1N1 和甲型 H3N2 流感病毒共同流行;欧洲乙型流感病例数量也超过甲型。

美国疾病控制和预防中心表示,2017 年年底美国流感活动大幅增加,从 12 月 24 日至 30 日美国临床实验室共确认 9228 例流感检测阳性样本,其中甲型和乙型流感比例分别占 84.6%和 13.3%。

加拿大公共卫生署首席公共卫生官谭咏诗说:“流感病毒在加拿大处于活跃高峰。”目前该国绝大部分病例为甲型 H3N2 流感,同时乙型流感病例数继续增加。截至去年年底,加拿大共有 1050 人因与流感相关原因入院治疗,34 人死亡。

在欧洲,流感疫情也呈增长趋势,其中乙型流感病例数量超过甲型,甲型 H1N1 流感病毒感染者数量超过甲型 H3N2 流感病毒感染者。法国在 2017 年最后一周急诊流感病患接近 12000 人,其中 1250 人需要住院治疗。意大利一周有约



美国民众接种流感疫苗

图 GJ

67.3 万例流感病例,流感病例总数 216.8 万起,发病率高达 11%。

据中国国家流感中心发布的数据,2017 年 12 月 25 日至 31 日,全国流感活动均处于冬季流行高峰水平,且仍呈现上升趋势,全国(未含港澳台地区)共报告流感样病例 11253 例。

### 不同于普通感冒

许多人常混淆流感与普通感冒,忽视流感的严重性。

流感多由甲型或乙型流感病毒引发,与季节相关,北半球通常在每年 10 月至次年 5 月间流行,2 月为高峰。流感症状出现较快,一般出现

突发高热、咳嗽、寒颤、严重的疼痛或胸部不适,还可能引发严重健康问题,如肺炎、细菌感染等并发症。历史上,流感大流行曾给全球带来灾难,1918 年至 1919 年流行的“西班牙流感”约造成 5000 万人死亡。

而普通感冒与季节无关,全年均可发病,症状包括打喷嚏、流鼻涕,很少发热和寒颤,乏力症状不明显,通常不引起严重的健康问题。

世界卫生组织表示,多数人患季节性流感不需要药物治疗,可在一周内自行缓解发热等症状,但流感对一些高危人群可能有严重甚至致命的健康威胁。世卫组织最新数据显示,全球每年约 5%至 10%成

人,20%至 30%儿童罹患流感,导致 300 万至 500 万例重症病例,约 29 万至 65 万人死亡。

### 别再妖魔化疫苗

流感可通过抗病毒药物治疗,但预防流感最有效工具仍是疫苗。“疫苗接种是降低流感发病率和死亡率的最主要干预手段。”张文庆说,“流感疫苗在过去几十年中验证了技术成熟和安全性,并获得各国医药监管机构的许可。为寻求防护,民众首先应该接种流感疫苗。”

美国卫生部门数据显示,2016 年美国供应约 1.45 亿剂流感疫苗,分别有 59%儿童和 43.3%成人接种流感疫苗。与之相比,中国的流感疫苗接种比例还有待提升。

接种一次疫苗后,产生有效保护性抗体水平持续时间仅为 6 至 8 个月,而流感病毒变异频繁发生,流感疫苗需要每年接种。

考虑到流感疫苗半年左右的生产周期,加上对流感病毒株的预测可能与实际流行毒株存在差异,有时会出现当前流行病毒株与可用疫苗株不匹配的现象。但世卫组织说,即使流行毒株与疫苗株不完全一致,接种流感疫苗仍可为健康成人提供保护。

多种流感病毒正在或可能在未来数月内流行,专家建议年龄在 6 个月以上的人群接种流感疫苗。

张森

### 相关链接

## 美国流感肆虐 12名儿童死亡

美国疾病控制和预防中心日前表示,美国季节性流感正活动急剧增加,已造成 12 名儿童死亡。

美国疾控中心发布报告说,美国出现大范围流感的州已经从 23 个增加到 36 个。大范围流感在美国是指一个州超过 50%地区出现流感,今年美国流行的主要是 H3N2 型流感病毒。

报告说,自 10 月 1 日以来,美国流感监控网络已报告 2485 名流感相关住院患者。考虑到只有部分医疗机构纳入这一网络,在全美范围内,相当于每 10 万人中有 8.7 名流感相关住院患者。其中住院率最高的人群是 65 岁及以上老人,然后是 50 岁至 64 岁人群以及 5 岁以下儿童。

美国流感活动一般在每年 2 月左右达到顶峰,美国疾控中心建议人们接种流感疫苗。已出现严重流感症状或持续出现与流感感染相关症状如肺炎、败血症时,应该寻求医疗咨询,尽早接受治疗。

**专家建议:要预防流感,平时应勤洗手并用正确方法擦干;咳嗽或打喷嚏时遮盖口鼻;发觉不适、高烧与其他流感症状时及早自我隔离;避免与病人紧密接触等。**

天冷了,手脚冰凉,中老年朋友可以吃点阿胶糕!火!火!火!

好阿胶,认准上海胡庆余堂健康产业有限公司直供

# 通知!东阿产地阿胶糕大幅促销

# 39元一盒,仅三天,还有买赠?

快!快!申城仅备货 1000 盒,东阿产地阿胶糕,正宗熬制配比,胶质纯正,口感醇厚,独立包装!本周六前仅售 39 元/盒,买 10 送 2,20 送 6,买 30 盒送 10 盒同品!

最近天气冷了,手脚容易受凉,每年这个时候都会买点阿胶糕吃,每天吃 2、3 片,对身体很不错,建议中老年朋友买点尝一尝;

这次活动的优惠力度的确很大,正宗即食阿胶糕才 39 元/盒,算上买赠更划算,也给自己的家人备一点;

太实惠了!味道也很正宗,一股浓浓的阿胶味道,很香,吃了一块还想吃第二块,这次要订购 20 盒阿胶糕,春节时候还可以当零食吃。

随着气温下降,冬季养生的氛围渐浓,由于阿胶原膏的原料阿驴皮紧缺,产量有限,加上消费者健康养生需求越来越大,供需不足会使得阿胶糕的价格波动大。因此,选择阿胶糕更应该选有品牌的大企业,这样才更放心。

由于备货数量有限,每人最多订购 30 盒,请广大读者莫失良机,快拨打 4008-778-563 订购,全国免运费,货到满意后付款,我们承诺 15 天无条件退换货保障。

块型齐整,色泽鲜艳

颗粒饱满,美味Q弹

规格: 140g/盒

上海胡庆余堂健康产业有限公司直供阿胶糕的 4 大特点:

- 优势 1、无防腐剂: 独立袋包装,携带方便,保证品质;
- 优势 2、蔗糖含量低: 糖度低,更健康;
- 优势 3、口感醇正: 不油不腻,阿胶味浓,深受中老年朋友的好评;
- 优势 4、价格更亲民: 买 10 送 2,买 20 送 5,买 30 送 10 同品!

订购热线: 4008-778-563 (免运费,货到满意付款)

自己熬制阿胶糕,火候难掌握!东阿直供阿胶糕即开即食,口味纯正,营养好!

阿胶糕是用阿胶、黑芝麻、核桃仁、冰糖、黄酒等食材制作而成,很多消费者一人冬就会买一些阿胶原膏,自己回家熬制。谁不知自己熬制阿胶糕,除了对用料用量有讲究,而且对火候时间也有讲究,稍不注意,还容易熬糊。

提示: 阿胶糕的正确食用方法?

- 1、正确食用阿胶糕的方法是每天吃三到五片,不宜多食。
- 2、食用时间: 阿胶糕在早饭前和晚饭后吃。早饭前吃阿胶糕,营养更容易吸收。
- 3、体热的人群尽量少吃阿胶糕,每天 2-4 片,服用时应该多喝水。

上海胡庆余堂