

上午挂号下午才能看上,就诊要等2个多小时

# 发高烧、嗓子哑,成人流感来势猛

如何扛过4年里最强流感,发送“流感”到微信“浙江名医馆”,看专家秘笈

本报记者 张苗 何丽娜 本报通讯员 宋黎胜 王婷 于伟 张颖颖 王回南

小朋友们的感冒、腹泻在去年底刷爆了朋友圈,浙大儿院也创下了最高就诊纪录。进入2018年,集体得病的换成了大人们,各大医院的呼吸科门口,挤满了满面愁容的青年、中年和老人,此起彼伏的咳嗽声甚至要盖过电子叫号音。各个办公室,也总能找到几个沙哑着嗓子带病工作的人。

这次的流感有多严重?该怎么扛过这一拨流感高峰?钱江晚报记者搜罗了各大医院的独门秘籍为你支招。



浙江名医馆  
你的私人  
名医会所



微信扫一扫  
微信公众号  
浙江名医馆  
或搜号码  
zjmyg1

## 成人流感 医院激增一倍

根据中国国家流感中心最新的监测结果提示:我国流感监测哨点医院报告的门诊急诊流感样病例比例和流感病毒检测阳性率均高于过去3年同期水平,全国报告的流感暴发起数也显著高于往年同期;流感确诊住院与重症病例数也有所上升。

“我们的医生最近一周每天都在满负荷工作,今天中午下班的时候,还有100多个号没看完,科室所有医生都在加班加点。”浙江省人民医院呼吸内科副主任李亚清说,呼吸内科仅普通门诊一天就挂出500多号,和几个月前相比,数量翻了一番,“算上专家门诊、急诊的流感病人,这个数字要大得多。”

下午已过2点,医生们才能匆匆扒口饭,之后又去门诊上班,李亚清认为现在正处于流感高峰,“病人每天都在增加。”

杭州市一医院也同样是忙碌不堪,昨天一天接诊了925位上呼吸道感染患者,近段时间就诊人数居高不下。

在浙江医院,因感冒就诊的病人占呼吸科普通门诊一半以上,发热门诊流感样患者骤增。

为什么这次流感有这么多中青年?“这些病人都有一个共同点,就是身体疲劳,再加上寒冷的天气变化,所以他们也容易得病。”李亚清说。“年轻病人其实可以自己控制病情,不一定一发病就上医院。”李亚清说,比如发热38℃以下的轻症病人,通过多喝水,或是吃些中成药,再加上足够的睡眠、健康的饮食,就能逐渐恢复。

呼吸内科主任王利民提醒,若是免疫力低下的老年人,或是有哮喘、慢阻肺等呼吸道慢性病的人,感染流感极易使病情转为重症,要及时就医。

## 怎么应对眼下流感 省疾控专家答疑

问:今年的流感,会演变成当年的SARS吗?

答:目前我国三种型别的流感病毒同时流行,包括H1N1、H3N2和乙型BY系,以乙型BY系为主。流感病毒交叉传播速度快,但致死率低,远远没有达到SARS病毒对人体造成的严重程度。另外,从防控态势上,SARS流行时防控态势等级是最高的10级,目前只有2级,流感远远没有达到SARS的严重程度。

问:今年的流感为何来势汹汹?



答:由于近五年,我国流感病毒的优势毒株均不是BY系,因此人群对该病毒缺乏免疫力,普遍易感。

问:为什么今年我打了疫苗,还是得了流感?

答:流感病毒易于变异,世界卫生组织(WHO)每年都基于对下一个流行季节流感病毒流行株的预测结果提出全球流感疫苗株的推荐意见,全球各国的疫苗企业根据WHO的预测结果生产当年的流感疫苗,因此不同年度流感疫苗针对的流感病毒株可能会有所差异。

比如2017年,WHO推荐的疫苗组分里,并没有包括中国正在流行的这一毒株。今年的流感疫苗包括甲型H1N1、甲型H3N2和乙型流感Victoria系(BV)3个组分,并未包含乙型BY系。

问:防新毒株的流感,与以往有不同的吗?

答:一样的,都应保持良好的个人卫生习惯,平时可使用肥皂或洗手液并用流动水洗手,打喷嚏或咳嗽时应用手帕或纸巾掩住口鼻,避免飞沫传染他人;日常生活中要均衡饮食,常运动,保持充足的睡眠,避免过度劳累;在流感高发期,尽量不到人多拥挤、空气污浊的场所;如发现身体不适,出现高热、咳嗽或咽喉痛,应及时到医院就诊。

## 扛过这拨流感 中西药一起上

根据近期国家卫生计生委发布了《关于做好2018年流感防治工作的通知》,钱报记者为大家总结,除了西药的抗病毒药物治疗,不妨借助中医中药的力量,甚至在重症病人的抢救中,国家卫计委也倡导发挥中西医协同治疗优势,以提高临床疗效。

钱报记者昨日走进杭州师范大学附属医院中医科,不少医生为流感患者施以良方。其中有家住杭州大浒苑的吴女士,鼻塞、流

涕、喉咙痛,服用感冒药,不见好转,她在该科配了些中药。“药方中有金银花、连翘、贯众等。”该院中医科主任吴建说,“我们应患者需要,特别开设了中医流感门诊,这几天特别受欢迎,昨日一天就有几十人配了处方。”

## 服务+

## 专家推荐 防流感中药汤剂

采访浙江省中医院中医内科主任汤军时,钱报记者拿到了一张宝贵的中药方。

汤军有30多年呼吸内科临床经验,平时就极其重视感冒预防。这张方子是她自创的,专门用于增加呼吸系统抵抗力。她的不少老病人坚持服用,用了之后感冒次数明显减少,有的还扛住了这拨流感。

这张方子里有黄芪、白竹、防风、太子参、甘草、山药、山楂,无论大人小孩都可以煎煮当饮料喝,健脾补肺,增加抵抗力的同时,还有助于平时不爱吃饭的人胃口变好。特别适合脸色白白的、黄黄的、老是感冒的脾肺两虚的人。如果你是平日里脸上容易长痘痘、便秘、长口疮等湿热较重的人,建议在之前的方子上再加金银花和菊花、新鲜铁皮等清火的药,以保持体内的阴阳平衡。

除了浙江省中医院中内科主任汤军的防感冒方子,针对本次流感,浙江医院中医内科也为成人推荐了一个预防流感方。方子含有桑叶、北杏、浙贝、玄参、枳壳、桔梗、神曲、千层纸、葛根、甘草等,具有“宜辛凉甘润、助消食导滞”的功效,适合预防性服用。方子不贵,口感也还不错。

即刻起扫一扫报纸二维码,关注浙江名医馆微信公众号,发送关键词“流感”两个字,即可选购专家推荐的两款防流感服务包哦。