

“EB 流感”十分钟侵入人体? 专家:这病不存在

刚过完元旦,“感冒”一词成了朋友圈的热门词。有人说自己“鼻涕流河”,有人说“高烧几天,全身痛”。多地网友更是在网上转发一则“EB 流感严重”的“卫生局通知”,该“通知”称,“这次的EB 流感很严重”、“10分钟内病毒就能入侵体内”,有关部门辟谣:“EB 流感”根本不存在。那么,周围很多人都在流鼻涕、打喷嚏、发烧、咳嗽,这是怎么回事?

没有『EB 流感』这种说法

1月4日上午,网友在朋友圈纷纷转发一则“关于EB 流感严重”的“卫生局通知”。该“通知”称:“这次的EB 流感很严重,有预防的方式,就是要保持喉咙黏膜的湿润,不能让喉咙干燥,因此一定不要忍耐不喝水,喉咙的黏膜干燥,在10分钟内病毒就能入侵体内。”此外,该“通知”还指出近期的流感特点。

有网友在转发时称,“里面的症状基本全中,大家把这条信息发到家长群里”。同时,也有网友对该“通知”的真实性表示质疑。

随后,相关工作人员称,此系编造的信息,没有“EB 流感”这种说法,“谣传,每年冬季都有流感,做好预防就好了。”

医学上不存在EB 流感,流感和EB 根本是两码事。流感是由流感病毒导致的急性呼吸道传染病,主要由甲型 H1N1 流感病毒、甲型 H3N2 亚型流感病毒、乙型 Yamagata 系流感病毒和乙型 Victoria 系流感病毒导致。EB 病毒是 Epstein-Barr 病毒的简写,属于疱疹病毒家族一员,主要通过唾液传播,多为散发病例;EB 病毒是传染性单核细胞增多症的病原体。在全世界有 80%~90% 成年人感染过 EB 病毒,初次感染一般发生在 10 岁以前,儿童期感染通常没有症状,但若初次感染发生在青年时期,50%~75% 可发生典型的传染性单核细胞增多症。

此外,专家指出了该“通知”中的五大错误:

1.流感压根就没有 EB 型,只有甲、乙、丙、丁四型,其中甲、乙型为人常见感染类型;

2.流感预防靠喝水没用,靠熏醋和食疗也没用。最重要的预防是疫苗接种、减少流感高峰季节人群密集地方驻留,如果到密集地区需要佩戴口罩,认真做好个人卫生;

3.流感不是儿童居多,儿童,老人,孕产妇,慢性基础疾病的病人都是高危人群,应该十分注意并重视,强烈建议上述人群接种疫苗;

4.流感病毒的传染需要一定过程,不会十分钟进入体内,文中的“十分钟”不真实;

5.反季水果不“背锅”,和流感无关,可正常食用。

流感是身体和抗流感病毒的作战过程

流感全称为流行性感冒。流感的症状与普通感冒相似,主要表现为发烧、头痛、咽痛、身体酸软、打喷嚏、流鼻涕、咳嗽等。只是起病更急,症状更严重,持续时间更长。相较于普通感冒,流感具有更强的传染性,每次出现总是表现为暴发形式,让大家感觉到较为恐惧。但是在本质上,流感和绝大多数的普通感冒是相同的,都属于病毒性感染。

如果说我们的身体是一个王国,皮肤和黏膜是城墙,细胞是居住在城里的百姓,病毒或细菌是外来的敌人,那么我们的免疫系统就是军队。

城墙(皮肤和黏膜)把病毒挡在了门外,城墙内的军队(免疫系统)严阵以待。当我们的手接触到病毒,没洗手就揉眼睛、挖鼻孔、抠嘴巴,病毒很容易从口腔、鼻子、眼睛的黏膜进入身体。当病毒进入身体时,我们这个小王国内,就会爆发敌人与军队之间的战争。首先,我们的军队会通知总后方,让整个王国的温度升高,在高温烧烤模式下,敌军作战能力迅速下降。这就是发烧。

身体通过升高温度对抗病毒,当然,我们的身体在高温下,也会同样被烧烤,表现为全身的酸痛和乏力。所以,在感冒时,38.5℃ 以下的发热,实际上有助于帮助我们的军队打胜仗;在高于 38.5℃ 时,可以适当给予退烧药物,帮助缓解高热引起的不适。

其次,我们的军队会调动水流和风流,将敌军从主要聚集区(鼻子、咽喉、气道)冲走,这就是打喷嚏、咳嗽和流鼻涕,通过打喷嚏、咳嗽和流鼻涕的方式把病毒排出体外。最后,我们的军队还会依据本次敌军的作战特性,训练产生专门的特种部队(抗体),将敌军一举歼灭。

整个病程的长短取决于我们身体内特种部队(抗体)产生的时间。一般来说,普通感冒为 1 周,流感为 2~3 周,我们需要耐心地等待战争结束。

当然,对于战争异常艰难的患者,医院也会参与进来,发挥帮助作用。一方面,给需要的人群增派援军(一些抗流感病毒药物);另一方面,帮我们缓解和处理战争期间的误伤(伴随或继发症状)。

普通感冒和流感的区别

近日,郑州疾控中心发布信息——“当前,郑州市和其他北方省份一样进入 2018-2019 冬春季流感流行季节。郑州市流感监测网络显示,目前我市流行毒株是甲型 H1N1。学校、托幼机构等集体单位出现流感暴发的风险很高。”没错! 流感又来郑州了!

眼看马上要期末考试了,在这紧张关头,让孩子避开流感侵扰,健健康康、精神抖擞地上考场,一定是家长的最大心愿,但是如何区分普通感冒和流感,是家长们首先要面对的问题。

普通感冒会持续 5~7 天,虽说会有咳嗽、流鼻涕、咽痛等症状,但相对较轻,一般不会引起发烧,若出现发烧症状,体温也只是在 39℃ 以下。而流感则较之不同,它的症状相对较重,还可能合并中耳炎、肺炎、心肌炎等并发症的风险,体温会达到 39℃~40℃+,使患者精神萎靡,全身乏力。如果症状与流感相吻合,专家建议,尽早就医。

专家介绍,这次流感的危险在于,甲型流感的传染率更快,影响量更大,致病性更强,也会在动物和人之间交叉感染,所以更需要警惕。专家介绍,因为抵抗力低下,年龄越小的孩子,越容易发生并发症,尤其是 2 岁以下的宝宝,得了流感出现严重并发症的风险比较大,需要家长尤其警惕。

据了解,此次流感除了通过呼吸飞沫直接传播,也可以通过被分泌物污染的表面、物品等间接进行传播,而且传播性还很强。

对于很多妈妈担心的“流感的前几天是不是查不出来”这个问题,专家解释,流感具有潜伏期,潜伏期一般为 1~7 天,之后会很快出现症状,需要特别注意的是,即使潜伏期也会传染。

(下转 A13 版)

舞阳县供电公司:电力扶贫 助力群众精准脱贫

1月3日,舞阳县供电公司组织扶贫人员来到姜店乡干沟王村开展脱贫攻坚帮扶工作。

该公司积极按照上级党委政府的要求,坚持在扶贫攻坚工作中走在前面,主动作为,不打折扣,结合行业优势和公司自身特点,选派多名同志,尽锐出战,精准发力,不断投入财力、物力,坚持产业扶贫和电网扶贫相结合,探索创新精准扶贫模式,坚持“输血”和“造血”齐发力,确保精准扶贫扶到根上,扶到点上,扶到群众心坎上。公司将继续把脱贫攻坚的使命和责任扛在肩上,把实现帮扶村群众美好生活的愿景放在心中,以高度的政治责任感和历史使命感,为打赢脱贫攻坚战、全面建成小康社会做出积极贡献。①

薛俊峰