

# 山西流感季已到来 甲型H3N2亚型为优势流行毒株

流感是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病,严重危害人类健康。流感病毒可以分为甲(A)、乙(B)、丙(C)、丁(D)四个型别,其中的甲型(H1N1亚型和H3N2亚型)和乙型流感病毒会导致每年的季节性流行。在学校、托幼机构和养老院等人群密集场所可发生聚集性疫情。

**本流行季流感病毒优势毒株:**我省急性呼吸道传染病监测哨点医院近期监测数据显示:我省今年流感流行季优势毒株为甲型H3N2亚型。该毒株2024年末出现大规模流行,人群接触频次低,普遍缺乏针对该毒株的特异性免疫保护。加之近期气温骤降,天气转凉,有利于流感病毒的存活和传播。

**流感传播途径:**流感患者和无症状感染者是季节性流感的主要传染源。流感病毒主要通过感染者打喷嚏和咳嗽等产生的飞

沫传播,也可经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触感染,比如手接触被病毒污染的物品,又触摸自己口鼻是常见的传播方式。在特定场所,如人群密集且环境密闭或通风不良的房间内,流感病毒也可能通过气溶胶的形式传播。

**流感易感人群:**全人群普遍易感。流感病毒易发生变异,病毒变异后可能导致之前通过自然感染或免疫接种形成的免疫保护难以长期维持。婴幼儿、孕产妇、老年人和慢性病患者等高风险人群感染流感病毒出现严重并发症的风险相对较高。

**流感感染后症状:**流感的潜伏期为1天至4天(平均2天),从潜伏期末到出现症状后的急性期都有传染性。流感一般表现急性起病,发热(体温可高达39至40℃),患者常会出现畏寒、寒战、头痛、全身肌

肉关节酸痛、乏力、食欲减退等全身症状,呼吸道症状主要为咽痛、咳嗽、鼻塞、流涕等。除呼吸道症状外,流感还可累及胃肠道,引起腹痛、腹胀、呕吐和腹泻等消化道症状。无并发症者病程呈自限性,多于发病3至5天后发热逐渐消退,全身症状好转,但咳嗽减轻和体力恢复常需较长时间。

**如何预防流感?**每年接种流感疫苗是预防流感的有效手段,可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。其他

**手段包括:**1.养成良好的个人卫生习惯。咳嗽或打喷嚏时,用纸巾、毛巾等遮住口鼻;接触电梯按钮、门把手等公共设施,咳嗽或打喷嚏后,应及时洗手或进行手消毒;前往环境密闭、人员密集场所、乘坐公共交通工具或去医院就诊时,应科学佩戴口罩。2.养成健康的生活方式。日常生活中,要保持充足睡眠、充分营养、适量体育锻炼,增强身体素质,提高身体抵抗力。日常注意保持家庭和工作场所环境清洁,定期开窗通风。



 **健康教育宣传栏**  
榆次区疾病预防控制中心

# 无偿献血 奉献爱心

