

甲型H3N2为当前我国主要流感毒株

●本报见习记者 张帆

随着冬至节气的到来，我国各地进入一年中最寒冷的阶段。

近日，国家卫生健康委召开新闻发布会，围绕冬至时节养生保健、流感防控和疫苗接种、呼吸系统疾病防治、常见疼痛防治、眼健康等主题，介绍时令节气(冬至)与健康有关情况。

国家卫生健康委提示，当前我国仍处于流感等呼吸道疾病的高发期，建议继续保持科学佩戴口罩、勤洗手、常通风等良好卫生习惯，积极接种流感疫苗，切实做好个人防护，平安健康过冬。

甲型H3N2亚型 为主要流感毒株

冬春季节是呼吸道传染病的高发季节，目前我国流感的疫情形势如何？

江苏省疾病预防控制中心主任医师霍翔表示，当前我国呼吸道传染病疫情仍然处于高发季节。从中国疾控中心发布的监测报告来看，流感病毒是我国急性呼吸道传染病主要流行的病原体，呼吸道合胞病毒、鼻病毒亦存在一定水平的活动。

霍翔指出，从哨点医院流感病毒检测阳性率情况来看，门诊流感样病例和住院的严重呼吸道感染病例当中，流感病毒检测阳性率均居首位。甲型H3N2亚型为最主要的流感毒株。从各省份监测情况来看，南方部分省份疫情达峰时间略晚于北方。

霍翔介绍，秋冬季流感高发，主要受气温下降等因素影响，冬季寒潮较多，室内外温差大，寒冷空气会刺激并损伤呼吸道黏膜，使其对细菌、病毒的

防御能力在短时间内大幅下降。同时，人们常采取长时间紧闭门窗的方式，致使室内空气流通不足，也增加了流感病毒等呼吸道病原体在家庭、办公场所人群聚集环境中传播的机会。

接种流感疫苗 是最经济有效的手段

针对流感等呼吸道传染病，公众该如何进行健康防护？

霍翔表示，一是积极接种流感疫苗。接种流感疫苗是预防流感最经济、有效的手段，可以显著降低接种者罹患流感和发生重症的风险。推荐6月龄及以上且没有接种禁忌的人接种流感疫苗。优先推荐60岁及以上老年人、儿童、慢性病患者、婴儿的家庭成员和看护人员等重点人群，托幼机构、中小学校、医疗机构、养老机构、监管场所等重点场所的人群及时接种。

二是养成良好的卫生习惯。咳嗽、打喷嚏的时候要用纸巾或者用臂弯遮住口鼻，注意手卫生，避免用不洁的手触摸眼、鼻、口等部位。密切关注家中的幼儿、老年人、体弱多病者的健康状况，建议回家后要先洗手、换衣服，再跟家人接触。

三是营造清新的室内环境。根据天气情况每天通风2到3次。注意保暖，避免受凉；保持室内清洁，定期对门把手等高频触摸的物品表面进行预防性消毒，可使用浓度250mg/L至500mg/L含氯消毒剂擦拭或喷洒，30分钟以后再用清水擦拭干净。

托幼机构、中小学校等是呼吸道传染病疫情的高发场所。霍翔表示，可

以通过采取以下措施降低流感疫情发生的风险：

一是尽快接种流感疫苗。目前，接种单位可为有需求的中小学提供流感疫苗上门接种服务，相关中小学可联系所在辖区接种单位对接安排。

二是落实晨午检和缺课监测。要切实加强师生健康监测，及时发现病例，并根据所在地的疾控人员建议做好班级或校园的防控工作。

三是做好病例管理。当发现流感等呼吸道传染病病例时，应及时通知家长接其离校，监护人根据病情选择居家休息或及时就医，切勿带病上学，避免造成更多的感染。

四是做好校园环境卫生。建议学校利用课前、课间的时间做好教室的通风。当班级内成员出现发热、咳嗽或其他呼吸道症状时，要适当增加通风换气频次、增加单次通风时间。

五是保证充足睡眠和户外活动时间，提高学生的免疫力。建议中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时。综合体育活动时间包括体育课、课间活动、课后服务以及校外体育活动等。

重症流感高危人群应及时就医

对于普通群众而言，如何分辨流感和普通感冒、把握好治疗时机？

北京大学人民医院呼吸与危重症医学科主任医师马艳良表示，普通感冒多由鼻病毒、呼吸道合胞病毒等引起，以流鼻涕、打喷嚏、嗓子疼等上呼吸道症状为主，全身症状较轻；而流感主要由流感病毒引起，往往“来势汹汹”，出现高热、全身疼痛、乏力，并伴



图片来源：视觉中国

有呼吸道症状。

马艳良表示，免疫功能正常者患流感或普通感冒，大多可自愈，但仍可能发展为肺炎等下呼吸道感染，甚至引发心肌炎等严重并发症，需高度重视。她特别提醒，65岁以上的老年人、3岁以下的婴幼儿、孕妇、BMI超过30的肥胖人群，以及免疫功能低下或患有基础疾病的患者均属于重症流感的高危人群，一旦出现发热、咳嗽等症状，切勿拖延，尤其应在症状出现后的48小时内及时就医，以便尽早明确诊断并启动抗病毒等针对性治疗。

感染流感后常伴有咳嗽，此时是否应使用最强效的药物强行镇咳？

对此，马艳良表示，这一做法并不正确。“因为咳嗽本身不是病，而是我们身体的一个警示信号，可以帮助我们把呼吸道中的一些病菌、痰液清理出去。咳嗽特别是有痰的时候，如果强有力地镇咳，致使痰排不出来，积在肺里面，反而容易加重感染。”

马艳良指出，止咳的关键是要治本，相比单纯的镇咳，找到咳嗽的原因更为重要。无论是急性还是慢性咳嗽，如在1周内无明显缓解，尤其是伴随发热、咳痰、咯血或呼吸困难等症状时，务必及时就医。

全国首例“医保价”脑机接口手术在武汉完成

本报讯 近日，31岁的脊髓损伤患者小刘(化名)在华中科技大学同济医院神经外科顺利完成了植入式脑机接口手术。该手术是我国首例按照政府核定医疗服务价格项目执行的脑机接口临床操作，标志着脑机接口技术从科研探索阶段正式进入医疗服务收费目录体系，在推动技术

普惠化与产业化方面迈出重要一步。

3年前，小刘因意外导致高位截瘫。脑机接口技术的出现让小刘重燃希望，“只要大脑还在，就有翻盘的机会”成为他的信念。

在充分知情同意的前提下，小刘及家属选择在武汉同济医院接受手术治

疗。据悉，此次手术采用的是武汉袁华脑机生产的植入式脑机接口设备。它具有64通道高通量柔性电极，精确监测大脑手部运动和感觉区域的脑电信号。

本次手术的顺利实施，得益于武汉同济医院对脑机接口技术临床转化与应用的持续推动，也得益于政策引导

与医疗创新的协同推进。

2025年3月，在国家医保局指导下，湖北省出台全国首个脑机接口医疗服务价格项目，为技术合规、可控地进入临床提供了制度保障。同济医院完成的这台手术是按照规范标准进行收费结算的临床实践。(李思辉 童萱)