

关于“二阳” 这些疑问你有吗？

近日,关于“阳性”的网络讨论引发关注。“二阳”病例数是否有所增加?出现咽痛低烧等但抗原阴,是怎么回事?二阳后该怎么做?还没阳的人现阶段如何做好个人防护?

记者采访了国家传染病医学中心主任、复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏教授,北京佑安医院感染综合科主任李侗曾等专家,对读者关心的问题作出解答。



问:目前我国流行的新冠病毒株是否发生变化?

答:中国疾控中心病毒病所研究员陈操表示,监测数据显示,截至5月上旬,XBB系列变异株已成为我国新冠病毒主要流行株,境外输入病例中占比达95.6%,和全球情况基本一致。从我国和全球监测数据来看,与早期流行的奥密克戎各亚分支相比,XBB系列变异株的致病力没有明显变化。

问:近期“一阳”多还是“二阳”多?

答:北京佑安医院感染综合科主任李侗曾表示,近两周,新冠患者接诊人数确实要比之前多。其中,大部分患者都是“一阳”,“二阳”占比约为一成多一点。“一阳”患者大多为老年人,“二阳”患者大多是20岁至50岁之间的中青年,这可能与他们社会活动较频繁有关。

复旦大学附属中山医院感染病科主任胡必杰表示,从接诊情况看,近期的发热病人中大部分是首次感染新冠病毒。

问:“二阳”的症状严重吗?万一“二阳”了该怎么办?

答:复旦大学附属中山医院感染病科主任胡必杰表示,根据临床观察,二次感染的人群总体比第一次感染表现的症状要轻,主要表现为发热、喉咙痛。

目前看来,“二阳”患者发热症状大多并不严重,体温一般约38度,偶尔可见有轻微肺炎的患者,尚未并发结膜炎的患者。

无论是“初阳”还是“二阳”,一旦

且确诊新冠感染,可根据病情自行使用抗病毒药物治疗,尽量减少与他人接触,避免外出,确需外出佩戴N95或KN95口罩。但需要注意,高龄且有基础疾病老年人、孕产妇、免疫力低下的人群感染新冠,需要及时就医治疗,以免耽误病情。

问:有咽痛、低烧等症状但抗原阴性,怎么回事?

答:北京佑安医院感染综合科主任李侗曾表示,上呼吸道症状80%是由于病毒感染造成的。流感病毒、呼吸道合胞病毒、腺病毒等,都可能造成流感样症状。抗原漏检的可能性不大,不排除其他病毒感染的可能。

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强表示,上呼吸道和咽喉是人体的门户,不论是流感病毒还是新冠病毒,或是细菌感染,都可能导致咽喉肿痛。应注意鉴别,区别对待,对症规范治疗。

问:抗原自测现在还有用吗?

答:如近期出现了高热、咳嗽、咽痛等类似新冠感染的症状,不妨先居家进行抗原检测,帮助确认是否确实为新冠病毒。不过,抗原检测要等到病毒复制到较高水平、感染者排毒量较高、一般感染后2至3天可被检出。

问:家中过期的抗原还能使用吗?

答:由于抗原检测试剂主要的成分之一是蛋白质,蛋白质的不稳定性导致了抗原保质期不会太长。理论上如果控制组(即C的区域)可以出现线条,表明抗原还是可以使用的。

不过并不建议使用过期抗原,因为容易出现假阳性或者假阴性的情况。

问:当下接种新冠疫苗对防病还有用吗?

答:接种疫苗预防重症的策略没有变过。最近不少上一波“未阳”的人此次感染中招,而随着时间的推移,之前接种疫苗的人群有效抗体滴度也有所减少,因此“二阳”的感染节奏不会整齐划一。随着人群抗体减少,病毒传播还会持续。多项研究显示,接种疫苗的人群发生重症的概率明显低于未接种人群,因此未接种疫苗的重点人群应及时接种,为自己加固免疫屏障。

问:目前应如何做好个人防护?

答:北京中医医院院长刘清泉建议,坚持做好个人防护,保持勤通风、勤洗手等良好卫生习惯,加强自我健康监测。若确定感染了新冠病毒,应避免带病工作、上学,建议在家充分休养,待完全康复后再工作、上学。

北京佑安医院感染综合科主任李侗曾建议,对于重点人群、脆弱人群,如老年人、有基础病的人群,要加强防护。尤其是80岁以上老人或有严重基础病的人群,更要特别注意,避免去人多聚集场所,在封闭环境戴好口罩。

前往医疗机构、养老机构、托幼机构等重点人群聚集场所时应佩戴口罩。乘坐公共交通、身处密闭公共场所、参与人员较广泛的大型会议活动中,也建议佩戴口罩。

据人民日报、上观新闻

嗓子哑了 难道都是上火闹的?

警惕声带小结、息肉、麻痹甚至喉癌引起的咽部不适

大多数人在出现咽部不适、声嘶等症状时,都认为是小毛病,没有引起足够的重视,常常采用吃祛火药或是润喉片来治疗。

其实,这种做法是不科学的。因为引起声音嘶哑的常见原因除了急、慢性咽喉炎外,还有可能是声带小结、声带息肉、声带麻痹,甚至是喉癌。今天,医生就来给大家梳理出几种导致声音嘶哑的常见病。

这些重点人群嗓子不舒服要就医

在日常生活中,由于用嗓过度、不健康饮食以及空气污染等原因,导致嗓音疾病的发生率在逐年增长,声音嘶哑、咽喉疼痛、咽喉干燥、异物感、发音疲劳等嗓音问题严重影响了人们的生活质量和健康。

医生特别提醒长期吸烟酗酒,年龄超过40岁,有声嘶、喉部不适等症状的患者,一定及时到医院就诊。医生会根据病情进行相应的检查,观察声带有没有长“东西”,声带活动情况如何,有没有声带闭合不佳、固定等。必要时医生还会进一步做相关检查,最终明确诊断。

让声音变嘶哑的有这六种常见病

慢性喉炎 多因急性喉炎的反复发作或迁延不愈,粉尘或烟酒刺激,用声不当,邻近器官的慢性炎症蔓延等原因引起。表现为喉部常有痰液黏附、异物感。每当说话时,须咳嗽以清除黏稠痰液。

急性喉炎 多在感冒发热后出现,伴有喉咙痛,吞咽痛;或是患者有过度发音,如长时间讲话,高声喊叫,长时间啼哭的病史,或者用声不当,都会出现喉部发炎,导致声音嘶哑。犬吠样咳嗽是小儿急性喉炎的一个重要特点。

声带小结 好发于长期持续高声讲话,音调过高或者过长时间的演唱,也与抽烟,过度饮酒有关。主要症状为声嘶。早期程度较轻,声音稍粗糙等基本正常,主要是发声易疲劳,用声多时发生,时好时坏,呈间歇性声嘶。病情继续发展,声嘶加重,可由间歇性发展为持续性。

声带息肉 因声带息肉多与职业用声、发声不当或用声过度有关,高发人群是歌手、教师、销售、客服、主播、需要喊叫的职业及儿童等。主要症状是声音嘶哑,嘶哑程度可因息肉大小,部位变化而不同,轻者仅有轻微变化,重者会声音嘶哑,甚至失声。

声带白斑 主要与吸烟、酗酒、吸入刺激性物质、用声不当、病毒感染、食管反流等造成的长期黏膜慢性炎症刺激有关。表现为声音嘶哑、咽部异物感、咽痛或慢性咳嗽。

喉癌 声门型喉癌的病变部位常位于声带的中段或前段,很早就有声音嘶哑的症状。一般喉镜检查可见异常,病理活检可以确诊,诊断比较容易。

护嗓有方养“声”妙招学起来

加强体育锻炼 增强体质,提高对上呼吸道感染的抵抗能力;感冒时应尽量减少说话,多喝温开水,注意保养声带。

勿滥用嗓音 纠正不正确的发声方法,在嘈杂的环境下说话避免过度用嗓。

特殊时期注意防护 变声期、月经期、妊娠期时声带容易受损,要注意让声带休息。

试着慢慢说话 减慢说话速度,避免说话急促。

改变不良习惯 避免频繁用力清嗓,容易导致声带损伤。想要清嗓时可以做咽口水的动作同样能起到清除分泌物的效果,有意识地避免清嗓。

据《北京青年报》

■ 相关新闻

钟南山:6月或出现XBB变异株感染波峰

5月22日,“共和国勋章”获得者、中国工程院院士钟南山在2023大湾区科学论坛生物医药与健康分论坛上对当前新冠病毒感染的最新形势做出研判,并指出,有基础疾病的重点人群是预防和救治的重点,同时透露,能覆盖XBB变异株的疫苗很快能面世。

能覆盖XBB变异株的疫苗很快面世

钟南山说,根据多方面材料判断,4月底、5月初有一个新冠病毒感染的小高峰,“这是我们预料到的”。

钟南山表示,研发针对XBB变异株有更好保护能力的疫苗非常重要。他透露,目前已经有2种针对XBB的疫苗被初步批准,还有三四种很快能被批准。“研究更加有效的疫苗,我们是能走在国际前面的。”

5月18日,世界卫生组织(WHO)咨询小组对今年的新冠疫

苗加强针更新作出建议,提出新的疫苗应主要针对目前占主导地位的变异株XBB。

6月或出现XBB变异株感染波峰

结合大数据模型,钟南山团队对全国2023年新冠第二波疫情(XBB变异株)进行了趋势预测。钟南山介绍,根据预测模型,第二波疫情4月中旬起峰,5月底波峰约4000万/周,6月底波峰约6500万/周。不过他也提醒,这是基于模型的计算预测,“可能不准”。

“我们对新冠病毒形成群体免疫了吗?我认为回答‘是’也‘不是’。”钟南山说,“是”的回答,是因为多项研究表明,感染新冠病毒后,人体内中和抗体在4个月后出现降低,特别是对于XBB变异株的保护作用较差。但是,人体内还存在结合抗体,可激活细胞免疫,在感染6-7个月内仍然有保护作用。钟南山说,“不是”的回答,则

因为再过一两个月,在去年12月感染新冠病毒的人群,体内的抗体和免疫都会降低。“病毒变异太快,因此不能一劳永逸,有可能再次感染”。

对于可能逐渐增加的感染波峰,钟南山提醒,有基础疾病的重点人群是预防和救治的重点。根据钟南山团队对新冠病毒感染重症患者的最新研究,重症患者影像学表现超过一半不是重症肺炎,病毒对循环、神经、肾脏等系统的影响也非常大。

“有基础病人群,现在要预防感染,不是预防重症。”钟南山呼吁,接下来要以预防为主,加强广覆盖的疫苗接种,特别是有基础疾病人群、免疫低下人群、老年人群需要新的疫苗注射。

钟南山说,国内正在研发多价mRNA疫苗、亚单位蛋白疫苗,这类广谱疫苗可以预防德尔塔、奥密克戎BA.5、XBB等变异株,即将通过评审上市,及时注射覆盖XBB变异株的疫苗,可减少额外死亡。

据南方+客户端