

# 口罩難擋甲流來襲? 專家:高峰已過,無須恐慌

近期,甲型流感來勢洶湧,即便大部分人早已備好口罩,卻依舊難抵這波甲流攻勢。

在全國各地各個醫院的呼吸內科和發熱門診,前來就診的患者絡繹不絕。“本以為日常戴著口罩能萬事大吉,沒想到還是‘陽’了。”1月9日,在醫院發熱門診排隊的上班族李先生一臉疲憊,聲音也透著虛弱,“前天開始突然高烧到39℃,整個人寒戰不止,腦袋更是像要炸開,吃了退燒藥也只管一會兒,這甲流比我想象中厲害多了。”

和李先生一樣,眾多市民原本的安穩日常被這場流感風暴打破,河南、北京、江蘇、安徽……甲流已經蔓延至全國各地。根據中國疾控中心2025年1月9日發布的數據,目前流感病毒陽性率快速上升,其中99%以上是甲流,且以A(H1N1)pdm09亞型為主。一時間,“高烧”“酸痛”“特效藥”等關鍵詞成為人們熱議的話題。

## 渾身疼痛、高烧不退

2024年12月29日,鄭州市民顧女士在單位加班時突然感到身體不適,出現了打噴嚏、流鼻涕,並伴有輕微頭暈等症狀。

起初,她以為只是著涼,並未過多在意。自入冬以來,她一直嚴格遵守防護措施,無論是乘坐公共交通工具還是進入辦公室,都堅持佩戴口罩,並在第一時間對手部進行消毒。因此,當這些症狀出現時,她並未立即聯想到甲型流感。

然而,病情在周一急轉直下。高烧、腰背酸痛接踵而至,顧女士形容自己像是“被人痛打了一頓”,渾身無力,連起身坐立的力氣都沒有。在朋友的建議下,她意識到可能是甲型流感,但由於身體狀況極差,無法前往醫院就診。

在連續兩天的高燒與渾身酸痛中,顧女士依靠退燒藥和消炎藥勉強支撐,同時大量飲水以緩解症狀。直到第三天退燒之後,她才購買了试剂盒進行檢測。

生活在蘇州的驍驍是第二次得甲流了。1月4日白天,她還在外面和朋友遊玩,到了下午四點多,她開始覺得有點頭痛,身體疲憊,兩個小時後頭痛加劇,體溫達到37.8℃。當時正是生理期,驍驍以為自己有點著涼,便買了一些適用於普通感冒的感冒藥。

晚上十點多,驍驍身體的溫度越來越高,頭痛更加劇烈。在聯想到單位已經有同事得了甲流後,驍驍懷疑自己是感染了。考慮到流感已經開始盛行,外面的風險很大,驍驍不想去醫院,便網購了甲乙流试剂盒,分時段測了兩次,結果都顯示甲流陽性。在吃過網購的特效藥後,驍驍的體溫卻始終徘徊在38.3℃左右。

驍驍回憶發燒期間,自己一直睡不好覺,鼻塞、流涕、身體疼痛等症狀輪番上陣。即便退燒後,身體仍感極度疲憊,嗜睡症狀明顯。直至退燒第四日,精神狀態才稍有轉好,“但也很容易覺得困”。驍驍表示,退燒後身體的疼痛逐漸消退,“但是偶爾還會有一兩塊肌肉突然有點疼”。



## “特效藥起效慢?”

驍驍吃過特效藥之後,依舊遲遲不見退燒跡象。她擔心藥不對症,最終選擇前往醫院進行深入檢測。

面對醫院里許多同樣感染甲流的病患,甚至有併發支原體肺炎的患者,驍驍心中難免恐慌。所幸,檢測結果僅為甲流。驍驍表示,當時醫生告訴她,這次的甲流患者普遍反映特效藥效果一般。

同樣發現特效藥起效慢的,還有在北京工作的90後女孩隋沐。

她也是這場“流感風暴”中的一位親歷者。1月11日晚,隋沐的體溫悄然攀升至39.2℃,全身疼痛難忍。她強忍着不適,吞下

了布洛芬,希望借此緩解痛苦,然而身體的不適仍讓她只能無力地倒在床上,陷入昏睡。

事實上,早在一天前,隋沐便已初露病狀,發燒雖未超過38℃,但流鼻涕、渾身疼痛等症狀卻如影隨形。她在網上購買了试剂盒進行測試,結果顯示甲流陽性。

面對這突如其來的疾病,隋沐並未慌亂,而是迅速網購了特效藥,期盼著身體能夠早日恢復。然而,昏睡一晚後,她的體溫反而繼續攀升,讓她不禁在朋友圈發出疑問:“是不是特效藥起效沒那麼快?”

隋沐表示,自己一向身體素

質良好,從未得過流感,即便是疫情肆虐的那幾年,她也未曾感染過新冠病毒。這次甲流來襲之前,她早已備好了N95口罩,每天出行都嚴格佩戴,卻仍然“中招”。

甲流的來勢洶湧,給隋沐帶來的不僅是身體上的痛苦。她發現,身邊“中招”的人越來越多,無論是身邊的同事還是遠方的親友,都紛紛倒在了這場“流感風暴”之下。每個人都訴說著身體肌肉的疼痛,即便是早早備好特效藥的人,也感覺藥物起效緩慢,只能無奈地居家臥床靜養。

## 專家解读:甲流高峰已過,公眾不必恐慌

“本輪甲流高峰已過。”首都醫科大學附屬北京佑安醫院感染綜合科主任醫師李侗曾醫生接受採訪時表示,實際上,近期醫院接診的甲流患者數量已經開始有所下降。

據中國疾控中心數據顯示,2024年12月30日至2025年1月5日,全國哨點醫院門急診流感樣病例呼吸道樣本病原體核酸檢測陽性率為33.5%,其中北方省份為35.4%,略高於南方的31.9%。全國共報告145起流感樣病例暴發疫情,繼續上升,其中南方省份連續8周上升,北方省份連續6周上升後已連續2周下降。

李侗曾說,本次甲流患者的主要症狀包括咳嗽、咽痛、頭痛、肌肉酸痛、乏力、發燒等,與以往的季节性流感在臨床上並無明顯差異。與去年相比,今年的甲流患者其實相對較少,主要集中在學生和青壯年群體,老年人感染病例較少,上班族以及社交活動頻繁的人群更易感染。

他表示,目前,醫院針對甲流患者主要採取抗病毒藥物治療,例如奧司他韋和瑪巴洛沙韋。此外,還會根據患者的具體情況使用退燒藥以及肺力咳、羧甲司坦等止咳化痰藥物。

李侗曾指出,目前公眾對甲流仍存在一些認知誤區。一些重症高風險人群,醫生通常建議一旦懷疑感染甲流就應立即對症用藥,以便在48小時內儘快控制病情。但有些患者堅持要等到確診結果出來才用藥,從而錯過了最佳治療時機。

還有一些人誤認為如果不是甲流,服用抗病毒藥物會對身體有害。實際上,“無論是否感染甲流,服用抗病毒藥物的副作用發生率都是一樣的”。

此外,李侗曾表示,還有人濫用抗病毒藥物或者盲目使用抗生素,即使檢查結果顯示並非病毒感染,仍然服用該類藥物。他強調,冬季呼吸道感染主要由病毒引起,使用抗生素對病毒感染無效。

李侗曾建議,可以通過以

下幾個方面來判斷自己感染的是甲流還是普通感冒。首先,觀察周圍是否有流感病例。如果最近接觸過流感患者,自己被感染的概率就會增加。其次,要觀察自身症狀的嚴重程度。甲流的症狀通常比普通感冒更重,主要表現為高烧、咳嗽、咽痛以及明顯的全身肌肉酸痛和乏力,而普通感冒則以低燒、打噴嚏、流鼻涕等症狀為主。最後,可以通過檢測來確診,建議家庭常備一些流感檢測试剂盒。

李侗曾強調,從醫生角度而言,今年的甲流與往年相比,其實並沒有太大區別,嚴格來說,發病人數比去年少很多。

目前已經有有效的疫苗和抗病毒藥物,絕大多數患者都可以在一周內自愈,如果發病超過五天仍未好轉,應及時就醫。“目前,我們的檢測水平和藥物儲備都很充足,所以公眾不必恐慌”。

大象新聞

