



链滴

## 【分享】甲流的预防和治疗

作者: [EberhardLin](#)

原文链接: <https://ld246.com/article/1680766493976>

来源网站: 链滴

许可协议: [署名-相同方式共享 4.0 国际 \(CC BY-SA 4.0\)](#)

# 什么是甲流？

“甲流”是甲型流感的简称，是由甲型流感病毒感染引起的急性呼吸道传染病。流感主要通过空气飞传播，也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。

## 甲流和普通感冒有何不同？

甲流症状重，传染性强，病程长。而感冒症状总体比较轻，病程更短，三五天就能好。

## 如何预防和治疗甲流？

### 预防

#### 1. 做好个人防护

日常注意保持手卫生和咳嗽礼仪等良好卫生习惯。

在流感流行季节，尽量避免去人群聚集场所，避免接触有呼吸道症状的人员，如必须接触时应做个人防护。

若出现呼吸道症状，应居家休息，进行健康观察，不带病上班、上课；尽量避免近距离接触家庭成员，如须接触时应佩戴口罩；打喷嚏或咳嗽时应用手帕或纸巾掩住口鼻，避免飞沫污染他人，减少疾病传播。前往医院就诊时，患者及陪护人员需要戴口罩，避免交叉感染。

#### 2. 保持环境卫生

保持居所清洁通风，对门把手、扶手等重点部位定期清洁与消毒。

#### 3. 加强集体单位健康监测

学校和托幼机构应加强校内晨午检和全日观察。出现流感样病例时，患者应居家休息，减少疾病传播。

如发生聚集性疫情，应配合落实各项防控措施。

#### 4. 尽快接种流感疫苗

接种流感疫苗是预防流感最有效的方法之一，流感季来临前是接种的最佳时期。对于尚未接种流感疫苗的孕妇、老年人、慢性病患者、低龄儿童等高风险人群，在流感疫苗可及的情况下尽快进行接种仍能起到很好的预防保护作用。

### 治疗

1. 治疗甲流可以使用抗病毒药物，具体药物不做介绍，可以自行前往药店咨询（注意佩戴口罩）。症状比较重的感染者、有重症高风险的高龄老人和有基础疾病的人群可以使用抗病毒药物治疗。抗病毒药越早使用越好，在48小时内用上效果最好。抗病毒药物总体安全性很好，但也有一些不良反应的问题比如1岁以下的婴幼儿是不能使用的。使用抗病毒药物之前，最好咨询医生。

2. 如果体温超过39摄氏度，全身症状比较严重，比如发热、浑身酸痛和难受，甚至出现咳嗽、气短等情况，应该及时就医。

3. 对于儿童来说，流感的主要症状为呼吸道感染。但相比成年人，孩子是流感的脆弱人群，特别是2

以下的孩子。如果孩子发烧超过3天，体温超过40摄氏度，出现呼吸困难、脸色苍白、抽风、精神萎靡，或者出现呕吐腹泻、尿量减少、哭的时候没有眼泪等脱水症状，都要及时去医院就诊。

---

来源：

1. [如何治疗和预防甲流--科普中国--人民网 \(people.com.cn\)](http://people.com.cn)
2. [关于甲流，这些防治知识要知道 \(people.com.cn\)](http://people.com.cn)