

# 这波感冒挺特殊,超六成人咳嗽

专家:供暖初期室温最好别太高,并尽量少外出

本报记者 陈晓丽 李钢

“这次感冒很特别,不发烧,咳嗽很厉害。”随着天气变冷,加上连日的严重空气污染,近日感冒患者大增,尤其是儿童患者更多,各医院繁忙异常。记者从省城几家医院了解到,这两天因感冒咳嗽到医院就诊的患者明显增多,其中,超六成的感冒患者有嗓子痒疼、咳嗽等症状。专家提醒,空气质量不好,尽量减少外出,时下正是供暖初期,室温也最好别调太高,以免冷热交替诱发感冒。

►天气变冷加上空气污染,近期感冒、咳嗽患者明显增多。

本报记者 陈晓丽 摄



## 输液室里一天有六七百个孩子打吊针

“空气污染成这个样子,你说孩子能不感冒、咳嗽吗?”10日,孙女士再次抱着3岁的孩子来到山大齐鲁儿童医院门诊大厅输液。“孩子感冒好几天了,倒是不发烧,可一直咳嗽。你看,好多孩子都有类似的情况。”孙女士指了指挤满人的输液大厅。

记者在该院看到,打喷嚏、流鼻涕、咳嗽,甚至贴着退热贴的发烧患儿和看护的家长挤满了医院,家长们有的忙着到窗口交钱、抽血、取

药,有的焦急地来回转圈等待检验结果,还有的怀抱输着液的孩子来回走动。

“最近几天,相比9月、10月,门诊患儿明显增多。”山大齐鲁儿童医院急诊科主任叶冰举例说,最近该院门诊输液室预计一天能有六百到七百个输液的患儿,“虽然还没达到最多的时候,但相比前段时间患儿增加不少,其中不少患儿是因为感冒、咳嗽、气喘等就诊呼吸道疾病。”

## 因空气污染和天气转冷,六成多患者咳嗽

“现在这个季节,天气刚刚转冷,人的机体还没有完全调整到位,加上最近比较严重的空气污染,所以咳嗽的特别多。”张才擎分析说,最近门诊上的大部分患者都有嗓子痒、干咳等症状,相反有发烧症状的要少一些,“有咳嗽症状的估计能占到60%—70%。”

咳嗽患者增多,也是近期陶凯最

大的感受。“这几天,呼吸系统疾病一大堆,咳嗽的占了大多数。”陶凯也分析说,空气污染加上天气变冷是造成咳嗽患者增多的重要原因。

张才擎分析说,天气变冷,人的机体没调整到位,气道会出现高反应,也就是过敏,而空气污染又加剧了这种过敏。“也有一些患者是感冒了,天冷和污染加重了咳嗽的症状。”

## 最好减少外出,少去人员密集地

“这个季节,在这个天气下,要预防感冒、咳嗽,最好就是减少外出,少到人员密集的地方。”叶冰提醒说,尤其是少年儿童最好少去人员密集的公共场所,而像幼儿园等也要采取定期空气消毒等措施,预防儿童之间相互感染。

陶凯提醒说,在严重雾霾天,喜欢运动的市民最好减少运动量,“最好以浅呼吸为主,即使运动也要等出了太

阳,空气好一些再去。”

“现在有的小区已经供暖了,加上这几天比较冷,很多居民可能家里还开着空调。”张才擎提醒说,供暖初期室温最好别调太高,以21℃~22℃为宜。

专家同时提醒,要预防感冒还应清淡饮食、规律休息、做足保暖措施等。

其实,不仅是儿童医院,记者在齐鲁医院、省立医院、省千佛山医院、省中医等多所医院的呼吸科门诊和输液大厅都看到,感冒患者明显增多。

“你看这些患者,很多都是咳嗽、感冒的。”10日下午,正在坐诊的省中医呼吸科主任陶凯被很多患者围着,“最近呼吸道疾病患者确实明显增多。”省千佛山医院呼吸科主任张才擎也有着同样感受。

“对儿童患者来说,咳嗽的也很多,不过也有不少发烧的患儿,还有一些胃肠感冒的患儿。”叶冰介绍,胃肠感冒的症状主要有胃胀、腹痛、呕吐、腹泻等,主要发病诱因是来自外部的刺激,尤其天气冷暖变化时发生较多。这是因为冷空气对肠胃刺激,再加上生活习惯不正常、不良饮食等造成的。

对如何在雾霾天预防感冒,专家还提醒,最好能清洗鼻子,可有效减少感冒的几率,“最好用冷水或者盐水每天清洗一到两次。”

此外,专家还表示,雾霾天既不能不开窗,也不能盲目开窗。最好选择中午阳光最强的时候开15分钟至30分钟窗户。冬天房间里比较干燥,可用空气加湿器来提高湿度。

小贴士

## 普通感冒和流感需要区别对待

除了普通感冒,这个季节也是流感高发季节。为了方便居民更好区分两者,记者请专家给出了一个简便易行的分辨方法:一般普通感冒的症状只表现在局部,比如鼻子、头部,而流行性感冒的症状则表现在全身。

10日,省卫计委发布防病信息,提醒公众,目前正是流行性感冒高发的季节。据介绍,流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,通过飞沫传播,特点是潜伏期短,发病率高,传播速度快,波及面广,具有一定的季节性。临床上有着急起高热、乏力、全身肌肉酸痛和轻度呼吸道症状,病程短,有自限性,中年人和伴有慢性呼吸道疾病或心脏病患者易并发肺炎。

专家提醒,对于年老体弱者来说,流感是一个威胁极大的传染病,因为该病除了可引起发烧和周身不适外,还易使病人发生并发症,使原患有肺心病、冠心病的患者病情加重,甚至导致死亡。

对如何预防,专家提醒,首先是避免接触传染源,一般病人及隐性感染者为主要传染源。发病后1~7天有传染性,病初2~3天传染性最强。如果发现有流感患者,应及早对其进行呼吸道隔离和早期治疗,隔离时间一般为1周或直到主要症状消失为止。

其次,流感病毒主要通过空气传播,病毒存在于病人或隐性感染者的呼吸分泌物中,咳嗽、说话、打喷嚏时散播至空气中。因此,流感流行期间,应尽量避免集会等集体活动,易感者尽量少去公共场所,注意通风,必要时要对公共场合进行消毒。此外,对于高危人群还可以通过接种流感疫苗、服用药物等方法来预防。



吉利汽车  
GEELY AUTO

买车就是买吉利



幸福感=分期购车

0利息 0手续费

4万区间 小家庭购车理想选择 现车、现合格证、现发票、现在提车

11月14日 吉利超市粉丝狂欢节疯狂开启,最好购车季就在这一天。名额有限,报名从速!

修车买配件就上“车轻松”网

经十西路店 69927000 工业北路店 88674567

