



冬春交替,又到了流感多发的季节,特别是甲流,今年尤为“活跃”。很多中招的人表示,感染甲流不仅发烧咳嗽,还浑身疼,特别遭罪。那么,面对甲流,我们应如何区别它和普通感冒?又该怎样预防?本期,我们就邀请《求证》专家为大家答疑解惑。

# 甲流来了这样“怼”它

本报记者 毕雪

## 本期专家

崔少华:长春市传染病医院传染科主治医师,先后于北京地坛医院、吉林大学第二医院、解放军总医院第一医学中心进修学习。从事传染病临床工作多年,对各种常见传染病的治疗和预防积累了丰富的临床经验。

## 甲流是咋回事

崔少华:流行性感冒,简称流感,是由正黏病毒科的流感病毒引起的急性呼吸道传染病。基于基因和抗原性差异的特点,流感病毒主要分为四种类型,包括甲型流感病毒(A)、乙型流感病毒(B)、丙型流感病毒(C)和丁型流感病毒(D)。其中,A型和B型流感病毒在人群中引起季节性流感的流行;C型流感病毒导致的症状一般较轻,通常认为不会导致流感在人群中引起流行;D型流感病毒目前主要影响牛患病,尚不清楚其对人类的致病情况。

甲型流感病毒给人健康带来的影响最大,在甲型流感病毒中,H1N1和H3N2亚型可引起季节性和大流行性感染。可在世界范围内引起流行,导致人群发病甚至死亡,并对不同年龄层的人群均有影响。

## 甲流在历史上有多闹腾

崔少华:历史上,由于甲型流感病毒抗

原性变异而引发的流感大流行主要包括: 1918-1919年,由H1N1造成的影响面积最大的第一次世界大流行,又叫西班牙流感; 1957-1968年,由H2N2导致的新加坡流感; 1968-1977年,由H3N2导致的香港流感; 1977年,由H1N1以及H3N2造成的俄罗斯流感。

## 甲流是怎么传染的

崔少华:流感病毒主要通过打喷嚏和咳嗽等产生的飞沫传播,或经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触感染。另外,接触被病毒污染的物品也可通过上述途径感染。在特定场所,如人群密集且密闭或通风不良的房间内,病毒也可能通过气溶胶的形式传播。

## 甲流都有啥症状

崔少华:主要以发热、头痛、肌痛和全身不适起病,体温可达39至40℃,可有畏寒、寒战,多伴全身肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等全身症状,常有咽喉痛、干咳,可有鼻塞、流涕、胸骨后不适,颜面潮红,眼结膜充血等症。

部分患者症状轻微或无症状。无并发症者病程呈自限性,多于发病3至5天后发热逐渐消退,全身症状好转,但咳嗽、体力恢复常需较长时间。

## 甲流中招该咋办

崔少华:1、对临床诊断病例和确诊病例

例应尽早隔离治疗。 2、当基础疾病明显加重,如:慢性阻塞性肺疾病、糖尿病、慢性心功能不全、慢性肾功能不全、肝硬化等,或符合重症或危重流感诊断标准,即刻住院治疗。

3、非住院患者居家隔离时,应保持房间通风,佩戴口罩,多休息,多喝水,吃易于消化和富有营养的食物。密切观察病情变化,尤其是儿童和老年患者。 4、流感病毒感染高危人群容易引发重症流感,尽早进行抗病毒治疗可减轻症状,减少并发症,缩短病程,降低病死率。 5、避免盲目或不恰当使用抗菌药物。仅在细菌感染的指征时使用抗菌药物。 6、合理选用退热药物,儿童忌用阿司匹林或含阿司匹林药物以及其他水杨酸制剂。

## 普通感冒和流感有啥不一样

崔少华:1、传染性不同:普通感冒虽是由多种病毒引起的呼吸道疾病,全年均可发生,但不会传染。流感多发于冬春季节,具有较强的传染性,可分为甲型、乙型和丙型,其中甲型流感最常见;

2、临床症状不同:普通感冒症状较轻,全身酸痛、头痛等不明显,并发症较少。流感潜伏期一般为1至3天,全身症状较重,可高烧39℃以上且出现全身酸痛、关节痛,甚至出现胸痛、头痛、恶心、呕吐等症状,同时流感易出现肺炎、脓毒症等并发症;

3、恢复时间不同:普通感冒一般7天左右即可痊愈。流感虽有7天痊愈者,但出现

并发症患者恢复时间较长。

## 记住这些少遭罪

崔少华:流感疫苗接种,特别是在疾病流行季节高峰期前,有助于提高人群整体免疫力,对预防和减低疾病流行风险较为重要。

流感疫苗又可分为三价流感疫苗和四价流感疫苗,其中三价流感疫苗含有A(H3N2)亚型 A(H1N1)亚型和B型毒株的一个系,四价流感疫苗含有A(H3N2)亚型、A(H1N1)亚型 B型 Victoria系和B型 Yamagata系。原则上大于6月龄所有愿种疫苗且无禁忌症的人均适用。对于抵抗力低的高风险人群,可采取每年接种一次流感疫苗。

此外,保持良好的个人卫生习惯是预防流感等呼吸道传染病的重要手段。主要措施包括:增强体质,提高免疫力;勤洗手;保持环境清洁和通风;尽量减少到人群密集场所活动,避免接触呼吸道感染患者;保持良好的呼吸道卫生习惯,咳嗽或打喷嚏时,用上臂或纸巾、毛巾等遮住口鼻,咳嗽或打喷嚏后洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻或口;出现呼吸道感染症状时应居家休息,及早就医。



持续关注本栏目,请扫描二维码,可获取更多内容。

# 共同推进义务教育城乡一体化建设

本报讯(记者李文瑛)为推进义务教育优质均衡发展和城乡一体化建设,长春师范大学积极践行国家有关基础教育优化建设的部署要求,与长春市教育局签订合作协议,将输送优秀毕业生到长春市主城区乡村学校就业,着力推动长春基础教育事业高质量发展。

作为我省重要的基础教育师资培养基地,长春师范大学还在此次合作中,聘任长春市中小学知名校长、专家成为学校特聘教授、硕士研究生导师,为师范生人才培养、长春市教师队伍建设和提供丰富的实践教育资源。

长春市教育局相关部门负责人表示,未来,双方将紧密围绕教师教育领域的难点和热点问题,针对政策研究、培养模式、课程改革、协作机制、评价体系和质量保障等方面共同开展研究,及时总结推广改革成果,依托长春师范大学教师教育研究院,合作开发“职前—职后”一体化教师专业发展培训课程,做好中小学教师的教育培训工作。

长春市教育局也将为学校提供教育实践、顶岗实习、学生就业岗位,将长春师范大学师范类本科毕业生和教育类研究生纳入长春市主城区乡村学校强师计划范围。

长春师范大学副校长刘鹏飞表示:“下一步,长春师范大学将以教师教育研究院为前沿阵地,把服务国家重大战略需求,提升基础教育师资培养培训能力作为中心任务,深入推进高等教育与基础教育的有效融合,助力长春基础教育高质量发展。”

# 吉林农大新增一个国家级学科创新引智基地

本报讯(记者张鹤)近日,科技部、教育部公布了2023年度“高等学校学科创新引智计划”(简称“111计划”)名单。其中,由吉林农业大学副校长刘景圣主持、中药材学院与食品科学与工程学院联合申报的“东北优势特色资源与健康食品学科创新引智基地”获批立项。

“东北优势特色资源与健康食品学科创新引智基地”是以国家粮食安全和全民健康的重大需求为建设总前提,对接国际学科发展最前沿,依托国家发改委、科技部、教育部、农业农村部等19个国家及省部级科研平台,对东北地区优势特色植物资源进行品种选育,建立高效的功能因子分离制备、活性评价及营养学调控和健康产品开发等体系。基地引进来自俄罗斯、韩国、澳大利亚等国的十余名外籍专家,与吉林农业大学一批科研骨干组成中外联合科研团队,通过合作研究,提升相关学科的创新能力和促进东北地区优势特色植物资源的产业发展,助力健康中国建设。

据介绍,“111计划”由科技部、教育部联合组织实施,是国家推进“双一流”建设的重要组成部分,是高校引才引智的国家级最高平台。2017年,吉林农业大学申报的菌类作物优质高产抗病种质资源的挖掘、创制及应用学科创新引智基地在吉林省属高校中首次获批,多年来在学科建设和国际合作中发挥了突出作用。

# 以艺育人 服务社会

本报讯(记者李文瑛)近年来,吉林师范大学将立德树人根本任务贯穿教育教学始终,该校美术学院发挥专业优势,结合党建活动,打造“艺心育人”特色品牌,让学生在课外活动中深刻领会新时代大学生的使命担当。

吉林师范大学美术学院坚持把理论学习和实践教育抓在日常、融入经常。利用“三会一课”、主题党日等活动,开设“学习贯彻党的二十大精神大讲堂”,参观四平战役纪念馆,老师们把国家的发展巨变为思政教育的案例,引导学生夯实思想根基,讲好中国故事。

美术学院聚焦党的二十大精神,举办“青春筑梦·艺心育人”师生作品展,遴选突出体现中华优秀传统文化、英雄人物、廉洁文化、新农村建设、生态环保等题材的优秀作品,吸引全校师生参观鉴赏。学院学生踊跃报名参加“文化艺术下乡”活动,为双辽市新立乡双农村绘画党建文化墙,为“公主岭市乡村振兴典型线路建设项目”设计雕塑作品。看着有传统文化气息的艺术作品融入到乡村的街巷之中,学生们感到非常高兴,“弘扬主旋律,传播正能量,用优秀的艺术作品提升村民的道德修养和科学文化意识,是我们大学生应该做的事情。”

美术学院还承接了四平战役纪念馆建设等项目。师生党员们力争原汁原味地展现老一辈革命家的高尚情怀。

## 简讯

### 高企认定政策培训会在长举行

本报讯(记者景洋)为深入推进创新型省份建设,大力推动高新技术企业培育认定工作,日前,高企认定政策培训会在长春举行,150户企业,约200人参加培训。

本次培训由省高企认定办主办,长春市科学技术局承办,培训分三次进行,主要内容是解读高新技术企业认定管理政策、高新技术企业认定申报材料注意事项、高新技术企业税收优惠政策宣传、研发费用加计扣除政策。

与会人员纷纷表示,此次培训会从企业需求角度出发,逐条逐项讲解,对公司认定、管理高新技术企业资质提供了很大帮助。

据了解,省科技厅为进一步加快高企高质量发展,通过加大政策宣传培训力度,进一步加大服务企业力度,积极鼓励企业自行组织材料、进一步完善认定工作程序,全力推进我省高新技术企业高质量发展,让更多优质创新型企业享受高企税收优惠政策。

### 法治“春风”吹进乡镇校园

本报讯(刘丽鑫)为充实乡镇中小学校的普法教育资源,进一步落实普法向乡镇倾斜的工作目标,近日,吉林市船营法院联合共青团吉林市委、船营区关工委共同走进北镇中心小学、吉林市第二十一中学,先后为两所学校共计600余名师生带来开学第一课——“远离校园暴力,共建和谐校园”。

船营法院少年法庭法官杨斌针对校园暴力的概念、表现形式及危害展开讲解,大绥河人民法庭法官崔英梅为同学们发放“向未成年人文身说!”的倡议书,拉开了船营法院法治副校长普法进校园的序幕。

# 吉大一院: 血流导向装置植入治疗动脉瘤

本报讯(记者毕雪)近日,吉大一院神经血管外科王宏磊团队首次应用新型Surpass Evolve血流导向装置治疗一例未破裂左侧颈内动脉眼动脉段动脉瘤,完成了Surpass Evolve血流导向装置在吉林省的第一例临床植入。

患者为58岁男性,左侧面部麻木及右下肢感觉异常5个月,CTA检查发现左侧颈内动脉眼动脉段动脉瘤2周。住院后,经详细术前检查和药物准备后,王宏磊团队为患者全麻行Surpass Evolve血流导向装置植入,手术过程顺利,支架贴壁良好。目前,患者恢复良好。

据介绍,颅内动脉瘤作为常见的脑血管病变,其出血后的高致死率和高致残率往往会给患者带来沉重的医疗负担。既往一些难治性动脉瘤通过传统介入治疗,即弹簧圈和支架的治疗方式,很难实现治愈性致密栓塞,并容易在术后出现动脉瘤复发。而Surpass Evolve密网支架是目前全球范围内最新一代的血流导向装置之一,由64根金属丝编织而成,使用了当下最先进的制作工艺和创新设计,在保持原有高血流导向能力优势的同时,迭代升级之后具备了更强的输送性、贴壁性,支架的释放也变得更容易,提高了手术的安全性并减少了术者操作的难度,为颅内动脉瘤的治疗提供了更加高效有力的解决方案。



近日,在天津市蓟州区“eden春山里”生态教育国际生活示范区的昆虫自然馆,家长带着孩子在馆内参观游览。据介绍,该示范区坐落于天津市蓟州区东后子峪采石场旧址,经过多年修复治理和植树绿化,过去的危岩峭壁已被修整成了平缓的坡面,满目疮痍的山体也逐渐被新绿覆盖。如今,该示范区内还融入了生态教育、健康生活、文旅度假等多种业态,带动了周边地区旅游业的发展。 新华社记者 孙凡摄

# 小鸡蛋 大“钱”途

——吉林龙山蛋鸡科技小院助力乡村振兴记事

本报记者 张鹤

在很多人的观念里,蛋鸡养殖是一项需要投入大量人力物力且效益不高的低端产业。但如今,辽源市一家合作社的养殖基地却通过科技的力量,彻底颠覆了传统的养殖模式,生产出了高价值的产品。企业实现了创新发展,十里八村的养殖户也因此受益,日子过得越来越红火。

这股强大的科技力量,就是由省科协、吉林农业大学、辽源市科协、龙山区科协等单位共同创建的“吉林龙山蛋鸡科技小院”。

吉林龙山蛋鸡科技小院通过吉林农业大学功能性蘑菇多糖创新团队养鸡小组师生与辽源市明乾绿色禽蛋养殖专业合作社“校企合作”,共同开展科研项目,基地建在“够够购蛋品慧玲养殖基地”内。近年来,双方不断通过小院开展蛋鸡绿色安全饲养科学研究与示范,企业为科研项目提供试验场地、样品科学采集及吃住场所,团队成员为养殖场科学养殖示范、养殖户培训等提供专业指导。小院成为了吉

林农业大学进驻辽源的首个集“产、学、研、教”于一体,服务“三农”的典范基地。

“之前,禽类养殖中大量使用抗生素以提高生产性能和防病是普遍现象,而随着我国养殖无抗禁令的实施,许多养殖户既不知道该如何科学饲养,又不相信科学养殖鸡能不生毛病。因此,我们就与企业一拍即合,希望通过科学养殖增加鸡蛋营养成分,开发特色鸡蛋,同时扩大绿色无抗鸡蛋产量。”谈到合作的初衷,吉林农业大学生命科学学院教授宋慧说。

科研团队在前期工作基础上,一边筛选验证用于鸡蛋生产不同阶段的天然复合饲料,一边根据当地资源特色筛选新型饲料添加剂。通过在养殖基地无抗饲养生产实践,企业进一步提出了制定鸡蛋无抗饲养技术规范地方标准要求,农大团队成员根据大量研究数据积累和分析,编制出了辽源市第一个鸡蛋无抗饲养地方标准,申报了三项国家发

明专利。同时,团队还帮助企业获得了GRA无抗产品认证,开发出富含卵磷脂的特色鸡蛋——“不老莓鸡蛋”,成为辽源蛋品又一个新特色品牌。

在2022年举办的长春农博会上,吉林龙山蛋鸡科技小院展示的不老莓鸡蛋吸引了现场很多人驻足购买。合作社相关负责人表示,“在鸡饲料中添加不老莓粉,产出的鸡蛋营养成分更丰富,抗氧化、抗衰老的检测指标明显上升。虽然定价高一些,但是在高端市场上很受欢迎,非常适合老人、小孩和孕妇食用。”

2021年,明乾绿色禽蛋养殖专业合作社共生产无抗鸡蛋和无公害鸡蛋3500吨,实现销售收入5000多万元。功能性不老莓鸡蛋日产9000枚,销售收入985万元,加上淘汰鸡产值,总产值达到了6350万元。

吉林龙山蛋鸡科技小院让企业尝到了科技致富的甜头,也对周边的养殖户们产生了巨大影响,大家纷纷积极主动报名参加蛋鸡无抗饲养培训讲座,这也使高校人才有了施展才能的平台。目前,已有累计近百人次的博士生硕士生到科研实践基地开展试验工作,团队成员每年也会举办多期的培训课程,科技人才培养真正实现从高校辐射到农户。

入驻一个团队,带动一个产业。吉林龙山蛋鸡科技小院实现了各方互利共赢,打通了农业技术推广普及“最后一公里”,这也是它长期存在的基础。而随着我省科技小院的不断建设发展,将提供更多长期性、针对性、辐射范围不断扩大技术服务。