



医保个人账户跨省共济提速

共济资金可用于支付近亲属就医、买药等

详见4版

近期提防“鼻病毒”

南方个别省份门诊急诊阳性率超合胞病毒

寒冬来临,气温骤降,许多人出现鼻塞、流涕等感冒症状。检查后却发现,感染的既非流感也非呼吸道合胞病毒,而是鼻病毒。

1月7日,中国疾控中心发文提醒,门诊急诊流感样病例中鼻病毒检测阳性率有所上升,在南方个别省份甚至超过呼吸道合胞病毒,仅次于流感病毒。这表明当前除流感病毒外,鼻病毒是导致呼吸道症状的主要病原体之一。

鼻病毒又称鼻病毒(Human Rhinovirus, HRV),是一种很小的单链RNA病毒,它是引发普通感冒的主要“元凶”之一,在成人和儿童中极为常见,是儿童急性上呼

吸道感染最常见的病原体(占30%至50%),可在室温下存活数小时。

感染鼻病毒后,多数健康人群7~10天可自愈。特殊人群(婴幼儿、老人、免疫力低下者)感染后需警惕,可能引发下呼吸道感染,或诱发哮喘、慢阻肺急性发作。若出现持续发热超3天、精神萎靡、气促胸闷、婴幼儿脱水等情况,应及时就医。

国家应急广播提醒:冬季是呼吸道传染病高发季,鼻病毒感染常见且可控。做好基础非药物防护就能有效降低感染风险。不幸“中招”务必牢记多休息、多喝水、勤通风、少传染。

对比	鼻病毒感染	流感
症状重点	鼻子不舒服为主:鼻塞、流鼻涕、打喷嚏,浑身酸痛很轻	全身难受为主:突发高烧、头痛、骨头疼、没力气,鼻子症状反而不明显
发烧情况	多数不发烧,少数低烧(不超38℃)	几乎都高烧,烧3~5天甚至更久
恢复速度	通常5~7天就好	7~10天,且好后可能乏力很久
危险程度	很低,基本无并发症	较高,老人、小孩容易得肺炎、心肌炎

鼻病毒传播途径

呼吸道飞沫传播:感染者打喷嚏或咳嗽时,病毒会随着飞沫传播给周围人群。

接触传播:鼻病毒可在室温下存活数小时,因此日常用品可能成为病毒“中转站”。如果人们触碰了被病毒污染的物品(如门把手、餐具、玩具、毛巾等),再用手接触自己的口、鼻或眼睛,就可能感染病毒。

如何科学预防

目前无鼻病毒特效药及疫苗,核心以非药物预防为主。

► **日常预防:**勤洗手(肥皂/洗手液+流动水,搓洗20秒)、常通风、减少接触患者、不共用个人物品、家庭清洁(高频接触表面用75%酒精或含氯消毒剂进行擦拭,每日1~2次)、增强抵抗力(多吃新鲜果蔬、规律作息避免熬夜、每周进行3次快走或慢跑等温和运动);

► **居家护理:**多休息、补水,鼻塞时可用生理盐水/海盐水喷鼻,保持室内湿度在50%~60%,低热时优先物理降温;

► **感染者防护:**咳嗽、打喷嚏时用纸巾捂口鼻,与家人分餐,佩戴口罩,避免交叉感染。

观山湖灯会庙会即将“上线”

详见5版