|  |
| --- |
| **如何预防H7N9禽流感** |
|  |
| 发表日期：2013年4月9日   出处：网站摘录      已经有155位读者读过此文 |
| |  | | --- | |  | | **如何预防H7N9禽流感**  **H7N9型禽流感** 　　H7N9亚型禽流感病毒是甲型流感中的一种。2013年3月底，在上海和安徽两地率先发现发现3人感染H7N9禽流感病例。H7N9型禽流感是全球首次发现的新亚型流感病毒，尚未纳入我国法定报告传染病监测报告系统，并且也尚未有疫苗推出。被该病毒感染均在早期出现发热等症状。H7N9型禽流感病毒为新型重配病毒，其内部基因来自于H9N2禽流感病毒，潜伏期一般为7天以内。  **病毒简介**H7N9是禽流感的一种亚型。流感病毒颗粒外腊由两型表面糖蛋白覆盖，一型为植物血凝素(即H)，一型为神经氨酸酶(即N)，H又分15个亚型，N分9个亚型。所有人类的流感病毒都可以引起禽类流感，但不是所有的禽流感病毒都可以引起人类流感，禽流感病毒中，H5、H7、H9可以传染给人，其中H5为高致病性。依据流感病毒特征可分为HxNx共135种亚型，H7N9亚型禽流感病毒是其中的一种，既往仅在禽间发现，未发现过人的感染情况。这个病毒的生物学特点、致病力、传播力，到目前还没有依据进行分析判断。  **禽流感和吃禽类的肉没有直接关系**  　　除了H和N这样的命名法，大家听得最多的就是禽流感、猪流感这样的说法，不少人听到这样的名字，马上联想到的，就是禽类和猪，是不是不安全了。其实这是一个很大的误区。之所以要以禽和猪等来命名流感，是因为涉及到了流感病毒的来源。人类的流感其实都来自动物身上。研究发现，所有流感的最终宿主是野鸭这类野禽。  　　通过家养的禽类以及哺乳动物，传播给人类，最常见的传播媒介就是鹌鹑、鸡和猪，所以不少流感也以传播的动物媒介来命名，即禽流感和猪流感等。  　　为什么，动物身上的流感病毒会被人感染呢？是不是因为人吃了禽类或者猪感染的呢？  　　其实，动物身上的流感病毒之所以会传播到人身上，和这个流感病毒的结构有很大关系。通俗地说，人和动物身上都存在一种可以和流感病毒相结合的受体，不同的流感病毒需要不同的受体，流感病毒就像螺丝一样，人和动物身上的受体就像螺帽一样，需要配对成功才能发生感染。当一种流感病毒的受体在人和动物身上都有时，这种流感病毒就会在人和动物之间传播。反之，只能在人类间或者动物间传播。  　　那么，动物身上的病毒，是通过什么途径被人感染的呢？  　　大家不要光看到一个‘禽’字，也要注意‘流感’这两个字。‘禽流感’也是流感，主要的传播途径和别的流感病毒一样，也是通过呼吸道传播的，防范的办法和呼吸道疾病是一样的。  **目前国内外尚无疫苗**  　　流感是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。流感病毒可分为甲(A)、乙(B)、丙(C)三型。其中，甲型流感依据流感病毒特征可分为HxNx共135种亚型，H7N9亚型禽流感病毒是其中的一种，既往仅在禽间发现，未发现过人的感染情况。据中国疾控中心报告，未发现近期全国流感活动水平异常升高。  　　专家认为，根据目前密切接触者医学观察结果，未提示该病毒具有较强的人传人能力。由于目前只发现3例人感染H7N9禽流感病毒确诊病例，对该病毒及其所致疾病的研究资料十分有限，专家正在对该病毒的毒力和人际传播的能力作进一步判断。  　　目前国内外尚无针对H7N9禽流感病毒的疫苗。  **专家提示**  　一旦出现发热、咳嗽等急性呼吸道感染症状，尤其是出现高热、呼吸困难者，应及时就医。保持勤洗手、咳嗽和打喷嚏时遮掩口鼻等个人卫生习惯，能够有效预防流感等呼吸道传染疾病。同时还应避免接触和食用病(死)禽、畜。  　　由于医务人员比普通公众接触患有感染性疾病病人的机会更多，专家建议医务人员在诊治病人过程中采取必要的防护措施。  **预防措施：**  　　1、加强体育锻炼，注意补充营养，保证充足的睡眠和休息，以增强抵抗力。  　　2、尽可能减少与禽类不必要的接触，尤其是与病、死禽的接触。勤洗手，远离家禽的分泌物，接触过禽鸟或禽鸟粪便，要注意用消毒液和清水彻底清洁双手。  　　3、应尽量在正规的销售禽流感疫情场所购买经过检疫的禽类产品。  　　4、养成良好的个人卫生习惯，加强室内空气流通，每天1～2次开窗换气半小时。吃禽肉要煮熟、煮透，食用鸡蛋时蛋壳应用流水清洗，应烹调加热充分，不吃生的或半生的鸡蛋。要有充足的睡眠和休息，均衡的饮食，注意多摄入一些富含维生素C等增强免疫力的食物。经常进行体育锻炼，以增加机体对病毒的抵抗能力。  　　5、学校及幼儿园应采取措施，教导儿童不要喂饲野鸽或其他雀鸟，如接触禽鸟或禽鸟粪便后，要立刻彻底清洗双手。外出在旅途中，尽量避免接触禽鸟，例如不要前往观鸟园、农场、街市或到公园活动；不要喂饲白鸽或野鸟等。  　　6、不要轻视重感冒，禽流感的病症与其他流行性感冒病症相似，如发烧、头痛、咳嗽及喉咙痛等，在某些情况下，会引起并发症，导致患者死亡。因此，若出现发热、头痛、鼻塞、咳嗽、全身不适等呼吸道症状时，应戴上口罩，尽快到医院就诊，并务必告诉医生自己发病前是否到过禽流感疫区，是否与病禽类接触等情况，并在医生指导下治疗和用药。  [<http://hospital.whu.edu.cn/admin/uploadpic/20134912218141.jpg>](http://hospital.whu.edu.cn/admin/uploadpic/20134912218141.jpg" \o "点击图片看全图" \t "_blank)  <http://hospital.whu.edu.cn/admin/uploadpic/201349122132623.jpg> | |