

咳出“鸡叫”需警惕 “百日咳”冲上热搜

专家提醒：及时接种疫苗是预防百日咳的有效措施

开春以来，随着流感和支原体感染的逐渐消退，另一种呼吸道疾病再次被提起。伴随痉挛性咳嗽和鸡鸣样吸气吼声、咳嗽持续时间长……近日，“百日咳”的话题在网络上引起热议。今年百日咳发病率缘何增加？哪些人属于易感人群？有哪些应对之策？4月2日，记者采访了青岛市妇女儿童医院感染科主任佟建宁。

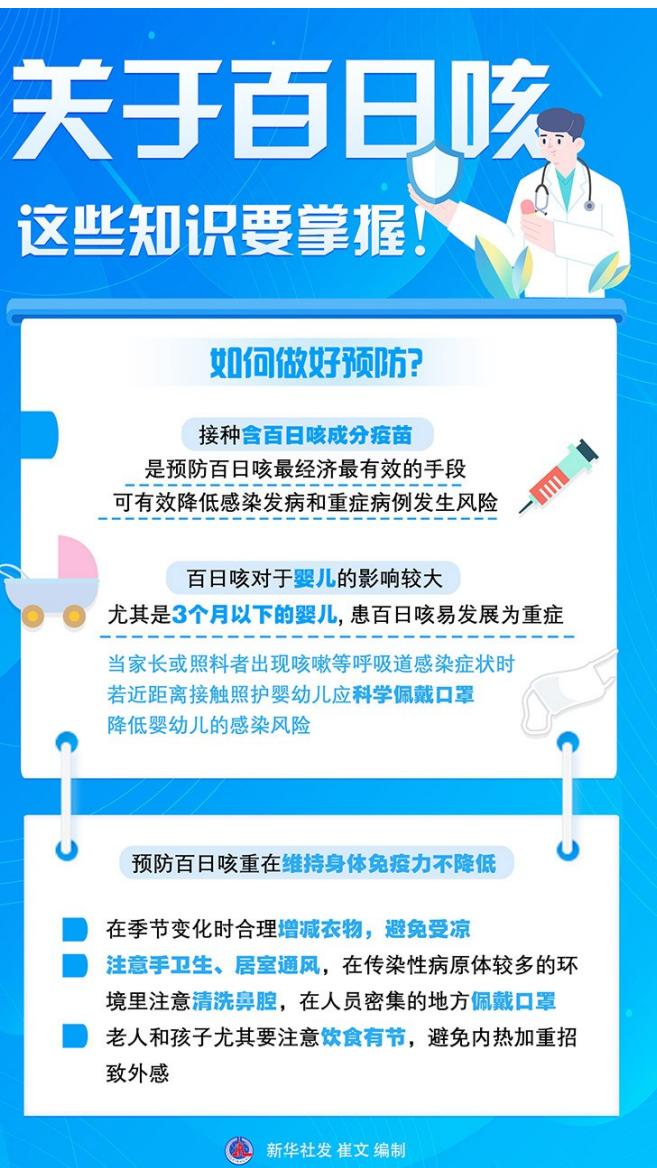
高发人群有“更新”

目前，百日咳病例在较大儿童和成年人中的发现率逐渐上升。据悉，我国使用的百白破疫苗主要针对7岁以下儿童，而7岁及以上的青少年和成人尚缺乏有效的百日咳预防疫苗。此外，检测技术的提高也使得百日咳的检出率增加。佟建宁指出，成年人感染百日咳的症状通常较轻，并发症风险也较低。但这些轻症状、无症状感染者将成为家中低月龄婴儿染病的重要传染源，无形中造成了家庭隐匿传播。所以，虽然高发人群“更新”到青少年和成年人，但未开启疫苗接种程序的3月龄以下婴儿，由于免疫力低，仍然是百日咳的高发人群。因此，无论是成人还是儿童青少年，一旦出现咳嗽等呼吸道症状，或接触呼吸道症状病例后突发咳嗽，都应尽早就医。一旦确诊百日咳，应及早隔离，以切断传染源，防止疾病进一步传播。

百日咳是由百日咳鲍特菌引发的急性呼吸道传染病，具有极强的传染性。关于“百日咳再现”是否为反常现象，佟建宁认为，尽管“百日咳再现”的说法已有多年，但目前其流行仍保持在较低水平。每种呼吸道感染疾病都有其特定的流行周期，百日咳大约每2至5年就会经历一次流行高峰。由于百日咳病程较长、症状较为隐匿，早期诊断与鉴别存在一定的难度，这就致使百日咳的传播风险增加。与往年相比，今年病例数也有所增多。

病程分期“咳”不同

百日咳杆菌主要以人为宿主，几乎所有人都容易感染。谈及传播途径，佟建宁表示，百日咳主要通过飞沫传播，密切接触也可能导致传染。典型的百日咳病程大约持续6到12周，可以分为三个阶段。起初是卡他期，自起病至痉咳出现，持续1到2周。初起类似一般上呼吸道感染症状，包括低热、咳嗽、流涕、结膜充血、流泪、咽喉微痛、喷嚏等。3~4日后其他症状好转而咳嗽加重。此期传染性最强，治疗



新华社发 崔文 编制

效果也最好。接下来是痉咳期，约持续1到2周，长者可达2个月。以阵发性痉挛性咳嗽为特征，咳嗽剧烈并发出鸡鸣样的吸气吼声。每次阵咳发作可持续数分钟甚至更长，每日可达十数次至数十次，日轻夜重。阵咳时患儿往往面红耳赤，涕泪交流、面唇发绀，大小便失禁。最后是恢复期，一般持续2到3周。此时咳嗽逐渐减轻，但遇到浓烟等刺激仍可能复发。

近期，青岛市妇女儿童医院感染科接诊了一位三个月大的百日咳患儿。据悉，该患儿是孕27周的早产儿。因家中另一名大孩子感染了百日咳，所以不幸将疾病传染给了这位早产的患儿。目前，这位患儿不仅患有肺部疾病，还出现了心动过速的症状，同时还伴随着肝酶损伤。作为早产儿，其身体各项器官发育尚不成熟，因此面临着较大的危险性。目前，该患儿正在感染科病房接受治疗，医疗团队正全力进行救治和护理。

对于早产儿这类体质较弱、免疫力较低的人群来说，一旦感染百日咳，病情往往更为严重。佟建宁提醒，新生儿和婴幼儿常无典型痉咳，往往咳嗽数声后即出现屏气、面色发紫情况，易致窒息、惊厥。呼吸动作可停止在呼气期，心率先增快，继而减慢乃至停止。若未及时进行人工呼吸、供氧等紧急救治措施，可危及生命安全。

拿好疫苗“防护盾”

如何检测确诊百日咳？当处于最初的卡他期时，患儿体内病原体就已变多，青岛市妇女儿童医院感染科医生主要通过鼻咽拭子测核酸来判断是否为感染阳性。这种方式不仅准确性高，而且出结果快。到了痉咳期，临床经验丰富的医生会根据患儿的症状进行初步判断，并辅以核酸检测最终确诊。

确诊后如何治疗呢？佟建宁称，百日咳治疗方法包括一般治疗、抗菌药物治疗和对症治疗。一般治疗主要是确保患儿处在一个舒适且有利于康复的环境中，通过优化生活环境来支持他们的恢复过程。抗菌药物治疗需根据患儿的具体症状，选用合适的药物来对抗百日咳病菌，从而缓解病情。对症治疗也是关键的一环，它涵盖了祛痰、平喘等措施。

关于预防百日咳的策略，佟建宁明确指出，接种疫苗是既经济又高效的预防手段，对降低百日咳感染后的重症和死亡有较高的保护效果。按照我国当前的百白破疫苗免疫规划，无细胞百白破疫苗需要接种四剂，分别在儿童3、4、5个月和18个月时各接种一剂。适龄儿童应及时、全程接种含百日咳成分疫苗，未接种儿童应尽快补种。除了接种疫苗外，还可以通过保持适当的社交距离、注重咳嗽礼仪、定期开窗通风等日常措施来降低百日咳等呼吸道传染病的传播风险。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 瑛璐儒

自身年龄、健康和心理状况，合理选择旅游项目，量力而行。同时，市民在山区、河谷等区域旅行时，应特别防范山体滑坡、泥石流等自然灾害，天干物燥时更需注意防火避灾。值得注意的是，不要随意投喂或招惹野生动物，避免采摘不明毒性的野生植物。

享用美食需注意食品安全。在愉快的旅行途中，市民需格外注意饮食健康，不可“将就肠胃”。市疾控中心建议，旅途中应保持规律的饮食习惯，尽量远离辛辣、酸性等刺激性食物。同时，合理安排行程，避免过度劳累，以防肠胃受损。此外，手卫生也不容忽视。市民应勤洗手，尽量食用熟食，避免饮用生水。在外就餐时，选择正规、卫生条件良好的餐厅至关重要。提倡使用公筷、公勺分餐，文明就餐。切勿随意在路边摊就餐，以免遭遇食品安全问题而难以维权。

（观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 瑩璐儒）

市疾控中心发布清明节假期健康提示——做好个人防护，预防呼吸道传染病

本报4月3日讯 清明节假期之际，正是人们享受踏青、春游的好时光。但外出游玩时，意外伤害、食物中毒等风险也不容忽视。4月3日，市疾控中心向市民发出温馨提示，坚持做好个人防护，有效预防呼吸道传染病，同时在外出踏青时，注意防范意外伤害和食物中毒，确保身心健康，尽情享受美好的春日时光。

做好个人防护，预防呼吸道传染病。随着节假日人员流动增多，市疾控中心提醒市民，应重视呼吸道传染病、动物源性疾病及蜱传播疾病的预防。外出公共场所佩戴口罩，减少接触，随身携带消毒用品。当

前正值百日咳易发期，婴幼儿应及时接种百日咳疫苗，同时，家长在咳嗽时应避免近距离接触婴幼儿。若婴幼儿出现长时间痉挛性咳嗽、发绀、气短等严重症状，家长应立即送医，以免延误治疗。此外，市民在野外活动时要做好防蜱措施。

外出旅游注意人身安全。为确保旅途平安，市疾控中心提醒市民，首先要充分做好出行安全攻略，掌握必要的安全知识和急救常识。其次，在选择旅游目的地时，应优先考虑安全服务设施完备的景点，避免前往不具备开放接待条件的区域。此外，市民应根据

无偿献血市民可微信申领电子荣誉卡

本报4月3日讯 近日，记者从青岛市中心血站获悉，青岛市中心血站微信公众号服务升级，推出了电子无偿献血荣誉卡申领服务，为岛城爱心市民提供更加便捷、高效的献血荣誉认证体验。这一新举措进一步落实了青岛市无偿献血“四免”政策，让近3万位爱心市民能够轻松享受政策福利。

据悉，符合条件的市民通过申领电子无偿献血荣誉卡，可免费游览青岛市政府主办的24个旅游风景

区等场所，享受每年一次由所在社区卫生服务中心提供的基本项目健康体检，并享受免费乘坐城市公共汽车、城市轨道交通，以及免交公立医院普通门诊挂号费等优惠。

申领过程简单便捷，市民只需关注“青岛市中心血站”微信公众号，点击“献血政策”，进入“荣誉卡资格查询”模块，查询成功后即可点击申领电子荣誉证。随后，根据提示登录献血服务平台，上传身份证信

息，即可一键申领电子无偿献血荣誉卡。

市民在申领成功后，可通过两种路径查看电子荣誉卡。一是在青岛市中心血站微信公众号中，进入“献血政策”下的“荣誉卡资格查询”模块查看；二是在同一微信公众号内，进入“我的中心”下的“个人中心”模块，点击“电子版无偿献血荣誉证”查看。

（观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 瑩璐儒通讯员 任霄惠）