



4类人群有流感症状及时就医

家族成员也要做好防护,避免交叉感染

健康福建
医学科普

福建省卫健委 联合出品
海峡都市报

N海都记者
林宝珍

近期,全国各地流感高发,据中国疾控中心最新数据,目前流感病毒阳性率持续上升,其中99%以上为甲流。近日,福建疾控专家也提醒广大市民做好个人防护,注意防范呼吸道传染病!

什么是甲流?得了甲流会有哪些症状?家中出现流感患者怎么办?玛巴洛沙韦和奥司他韦有何区别?一起来了解。

甲型流感病毒最易在人群中传播

四种类型,其中甲型流感病毒和乙型流感病毒在人群中呈季节性流行。

甲型流感病毒在自然界中的宿主众多,易发生突变或重配,在人群中传播快,可造

成大规模暴发。得了甲流,主要表现为高热(体温可达39℃~40℃),常有咽喉痛、干咳、鼻塞、流涕等呼吸道症状,可伴有畏寒、寒战、头痛、肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等症状。

感染甲流,部分患者症状轻微或无症状。5岁以下儿童、老年人、孕妇及有基础性疾病的人群可能引起流感并发症,需要警惕重症病例,及时就医。

玛巴洛沙韦和奥司他韦有何区别?

司他韦有什么区别吗?薛聃主任医师表示,玛巴洛沙韦作用于流感病毒的RNA聚合酶,而奥司他韦作用于神经氨酸酶,都能起到抑制流感病毒复制的作用。不过,玛巴洛沙韦单次给药后消除半衰期大约需79个小时,奥司他韦血药浓度下降

半衰期一般为6至10个小时。因此,玛巴洛沙韦全病程只需要给一次药;奥司他韦需要每天服用两次、连吃五天。

此外,玛巴洛沙韦目前只批准了用于5岁以上、体重在20公斤以上的儿童及成人;奥司他韦胶囊剂和颗

粒剂可用于1岁以上儿童及成人,干混悬剂的适用年龄更小,幼儿则按照体重具体计算给药剂量。

专家们特别提醒,婴幼儿感染后应优先考虑及时就医,在医生指导下用药,包括妊娠期、哺乳期患者都应优先考虑用药安全问题。

家中出现甲流患者怎么办?

化和富有营养;注意个人卫生,保持良好的呼吸道卫生习惯,咳嗽和打喷嚏时应使用纸巾、毛巾等遮掩口鼻;咳嗽和打喷嚏后

尽快洗手,避免触摸眼睛、口鼻。如出现持续高热或有重症倾向,应及时就医。

家庭成员应密切观察

患者及自身的健康状况,尽可能减少与患者密切接触,近距离接触时规范佩戴口罩。日常应做好个人防护和清洁卫生。



唐昊/制图

提醒

高危人群 出现流感症状及时就医

薛聃主任医师表示,流感也是自限性疾病,但部分患者可能会出现并发症,甚至出现白肺、多器官衰竭等重症。流感重症人群主要包括慢性心脑血管疾病患者、老年人、免疫缺陷人群、孕妇等高危人群。出现持续高热、惊厥、胸闷、呼吸困难等症状需要住院治疗。

儿童感染流感后通

常起病比较急,可以出现持续高热等,不及时干预治疗,合并肺炎、脑炎的风险较高。老年人可能基础性疾病较多,如高血压、糖尿病、冠心病、慢性阻塞性肺炎等,这些都是重症流行性感冒的易感因素。有免疫功能低下人群,如正在使用激素治疗或肿瘤化疗等,得了流感也可能出现重症。

从黑暗里走来 让更多人“看到”

榕城街头,国内首支由视障人士组成的阿卡贝拉演唱团,勇当残疾人艺术就业的先行者

马俊杰 文图
吴诗榕

“我每天都盼着他们来,他们唱得太好了!”1月9日晚7时,在福州三坊七巷南后街里,一场露天演唱会即将开唱,75岁的齐奶奶提早近两个小时便在现场守候,她是“看到组合”的铁杆“粉丝”。

“看到组合”是由一群视障人士组成的国内首支阿卡贝拉(多声部纯人声无伴奏演唱)演唱团体。目前,组合核心成员共有五名,分别是林鹏、陈金灿、黄延平、李艳冰、陈炎明。他们中,有盲人按摩师、歌手等,自2009年组合成立以来,“看到组合”正在被越来越多的人看到,在抖音上就拥有近20万“粉丝”。



九日晚气温骤降,在南后街,『看到组合』的表演现场热情不减



『看到组合』的成员们用动人的歌声和笑容,回应观众的热情

排练:靠一次次练习,记住每件乐器的位置

9日下午4时,阳光斜洒在福州仓山区福建省残疾人体育运动管理中心外,而三楼的排练厅却一片静谧,这是“看到组合”每日排练的地方。“哈哈,我只是个‘打杂’

的。”成员陈炎明笑得憨厚,他正忙着制作音乐小样。别看陈炎明调侃自己是个“打杂”的,实际上,他身兼多“职”,架子鼓、笛子、口风琴……瞧,演出时,他总拿着

两根小棍儿“打空气”,有时还被观众调侃,“难道是用来装饰的?”陈炎明介绍,这是空气架子鼓,由两块踏板、两根打击棒和一个接收器组成,演奏“空气架子鼓”

时,全凭心中的感觉。

“刚开始拿到空气架子鼓时,我也摸不着头脑。”陈炎明只能靠一次次练习,将每一个镲和鼓的位置牢记心间。

表演:听队友的呼吸声,“硬”记词曲400余首

晚上6时50分左右,“看到组合”成员已经各就各位。队长黄延平站于“C”位,面前摆着一台电子琴,林鹏、李艳冰在他左右,陈金灿端坐在音控台前,而陈炎明则手持两根打击棒、脚踏节拍器准备着。

现场的观众呈“半圆形”包围着组合成员,里三层、外三层,最里面的已经

蹲坐在地上。音乐缓缓响起,《悟空》、《刀剑如梦》、《青花瓷》……一首首经典曲目在三坊七巷里唱响,而将现场气氛推上高潮的是阿卡贝拉版《红日》。“阿卡贝拉表演最难的是,我们看不到指挥和提示,只能通过听觉感知队友的呼吸声、节奏和旋律。”

记者在现场扫描点歌

二维码发现,他们的歌单有400余首,这么多歌和歌词,他们都能记得住吗?“这条路,真的没那么好走。”组合成员陈金灿告诉记者,他们看不到歌词和旋律,记歌词和曲成为一大挑战,这400余首歌也是在一次次排练、演出中积累下来的。有时,观众的点歌可能不在他们的歌单内,这时,只能依靠

自己的记忆来应对。“能够坚持这么久,全靠对音乐的热爱。”陈金灿笑着说。

两个小时的演出,口风琴、架子鼓、即兴演奏、笛子……“看到组合”的各个成员,各显“神通”,不断给观众带来惊喜。现场,许多“摄像头”被高举过头,记录并分享这场视听盛宴。

未来: 三坊七巷是起点 “我们愿意做先行者”

“2023年9月的一个下午,同样在三坊七巷,是我们组合的第一次街头演出。”队长黄延平十分感慨,在那之前,他们一直以为外界会用“鄙夷”或“可怜”的眼光看待他们。作为视障人士,他们常常被贴上“盲人按摩”的标签,有时被问候的第一句便是,“你在哪家店做按摩?”

“观众们的反应,完全颠覆了我们的预期,掌声和欢呼声此起彼伏,演出结束后,观众们还舍不得离开。”黄延平说,那场演出,是“看到组合”坚定

走艺术道路的起点,榕城观众们称赞的“好厉害”“好勇敢”,让他们真正感受到了尊重和认可。“艺术可能是盲人甚至是残疾人的短板,但一定不是他们的‘禁区’。”黄延平说。

目前,“看到组合”已两次荣获全国残疾人艺术汇演声乐类金奖,他们在抖音上拥有近20万“粉丝”。“我们希望为残疾人艺术就业开辟一条可行的路,我知道这条路很难走,但一定要有人做先行者。”黄延平说。