

甲流恢复期 好好护理少不了

近日,浙江丽水一名女子感染甲流后,在恢复期间洗澡时,突然出现了严重的不适症状,导致她手脚发软、无法动弹。

据了解,这名女子姓朱,几天前感染了甲流病毒,经过四天的休息,她感觉身体状况有所好转,于是决定洗个澡并打扫家里的卫生。然而,就在她洗完澡的一瞬间,突然感到手脚无力,整个人像泄了气的皮球一样,躺在床上喘不过气来。

回忆起当时的情景,朱女士的声音中还带着一丝惊恐:“真的就是一瞬间的事情,上一秒我还觉得自己状态还行,可下一秒,我就感觉整个人难受得不行,那种窒息感和无力感让我特别害怕。”

1月9日,“女子甲流4天洗完澡手脚不能动”登上微博热搜。

恢复期的患者 抵抗力较弱

专家表示,甲流恢复期的患者身体尚未完全恢复,抵抗力较弱。洗澡时,水温和环境的变化可能导致血管扩张,进而引发一系列不适症状。尤其是对于那些在甲流期

间出现过严重症状的患者,洗澡后更容易出现类似情况。

医生建议,甲流恢复期的患者应尽量避免洗澡,至少在退烧后一周内不要洗头洗澡。如果必须洗澡,应确保水温适宜,时间不宜过长,并且洗完要及时保暖,擦干身体后再出门。此外,患者在恢复期内应多休息,多喝水,遵医嘱按时服药,避免剧烈运动和过度劳累。

事件提醒我们,甲流恢复期的护理非常重要。患者应密切关注自身身体状况,一旦出现异常症状,应及时就医,以免延误治疗。

“中招”后能在家自行处理吗

在流感高发期,被誉为“流感神药”的两款抗病毒药物奥司他韦和玛巴洛沙韦的需求急剧上升。

虽然奥司他韦和玛巴洛沙韦

都是处方药,但有很多人为了应对流感“囤药”,特别是在家检测阳性后可以第一时间自行服用。

北京清华长庚医院儿科副主任、主任医师晁爽认为,这能避免到医院交叉感染等风险,关键是不滥用,确诊了再按说明书服用。

可以在家自行处理的一个前提是,虽然儿童属于流感高危人群,但总体重症的不多。晁爽提醒,在家护理时还是要特别注意观察孩子的情况,包括体温情况、呼吸情况,以及是否合并其他问题,如发生惊厥这样的事件,还是需要就医。

“一旦出现重症的表现,比如说孩子的呼吸频率特别快、出现了惊厥、意识模糊,或者有严重的腹泻等消化道症状、很严重的脱水,就需要马上去医院。”晁爽说。(本报综合新闻晨报、大象新闻、红星新闻等)

网友评论



“流感神药”是否人人适用

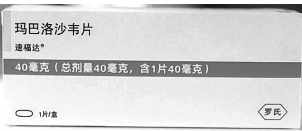
近期,流感高发,据中国疾控中心最新数据,目前流感病毒阳性率持续上升,其中99%以上为甲流。

与此同时,据媒体报道,抗流感药物的销量近期也持续增长,尤其是名为速福达的“玛巴洛沙韦”引发抢购热潮。这款药物也因一次服药就能快速缓解流感症状被不少人称作“抗流感神药”。

另据中国经济网消息,目前,新一代“流感神药”玛巴洛沙韦更是有药房定价高达300元一盒。

据了解,目前,国内可用的流感抗病毒药物主要有奥司他韦、阿比多尔、玛巴洛沙韦、扎那米韦和帕拉米韦等。从临床来看,玛巴洛沙韦是一次用药,奥司他韦一般是3~5天用药。因此对比下来,玛巴洛沙韦成为比奥司他韦更受欢迎的抗流感药物。

玛巴洛沙韦又称为“速福达”,通过抑制病毒基因转录所需特异性酶的活性,从根源抑制病毒复制,发挥抗流感病毒作用。继奥司他韦后,“全病程只需服用一次”的玛巴洛沙韦被称



名为速福达的玛巴洛沙韦片外包装

为新一代“流感神药”。

线上方面,据美团买药数据显示,近一周的甲流指数同比增长130%,相关药品玛巴洛沙韦搜索需求量也持续上升。

价格方面,玛巴洛沙韦获批上市仅八个月就被纳入国家医保药品目录,在医保谈判前零售价为498元/(20毫克×2片/盒),医保谈判后的医保支付价为222.36元/盒,单片售价超100元。受此次流感影响,价格也有所波动。在阿里健康大药房、京东健康等电商平台上,20mg×2片规格的玛巴洛沙韦单盒价格为230元。而线下药店的价格普遍偏高,在230~260元之间,更有药店定价高至300元。去年新上市的玛巴洛沙韦的干混悬剂虽然确保对幼儿给药剂量的精准,但仍未放开对5岁以下幼儿的用药限制。

(本报综合湖北日报、中国之声、中国经济网等)

□本报记者 朱晓洁

福建中医药大学附属第二人民医院药学部主管药师陈明表示,治疗甲流感染,目前奥司他韦和玛巴洛沙韦是较为常用的口服抗流感病毒药物,这两种药物均可缩短流感病程、减轻症状,但它们在作用机制、用法用量、适用人群和不良反应等方面均存在明显差异。

作用机制不同

奥司他韦属于神经氨酸酶抑制剂,通过阻止新形成的病毒颗粒从人体细胞表面释放,发挥作用。可以理解为,不让复制好的流感病毒跑出人体细胞外继续扩散至其他人体细胞。

玛巴洛沙韦是一种病毒RNA聚合酶抑制剂,通过抑制病毒mRNA的合成,使得病毒无法在人体细胞内正常复制。可以理解为,不让流感病毒在人体细胞内增长,阻断速度更快。

用法用量不同

两者由于药物机理不同,在给药方式方面有所区别。奥司他韦血药浓度消除半衰期一般为6到10个小时,意味着要维持体内血药浓度,要每日给药两次。成年人及青少年需要每天服用2次,每次75mg,连续服用5天。预防用药时,可用于13

奥司他韦和玛巴洛沙韦 如何选择

岁及以上人群流感的暴露后预防,在暴露后48h内服用,用10天。

玛巴洛沙韦单次给药之后,消除半衰期大约需要79个小时,疗程一次给药即可。20kg≤体重<80kg,服用剂量为40mg;体重>80kg,服用剂量为80mg。预防用药12岁以上人群适用,用法与治疗用药相同。

适应人群不同

奥司他韦适用于1岁及以上的儿童、成人和13岁及以上青少年的甲型和乙型流感的治疗和预防。

玛巴洛沙韦适用于既往健康的5岁及以上、体重在20公斤以上的儿童和成人单纯性甲型和乙型流感患者,或存在流感相关并发症高风险的12岁及以上儿童和成人流感患者。

儿童该如何选择用药

奥司他韦适用人群更广泛,在儿童用药的选择上,对于更小的儿童,如14天以上的新生儿,在有特定剂型(如奥司他韦干混悬剂)的情况下也可使用。

但是目前国内尚未批准5岁以下的儿童使用玛巴洛沙韦。

对于5岁以下的门诊确诊或疑似非重症流感儿童,用药选择有点局限,一般会

首选口服奥司他韦。若患儿无法口服,可选择静脉给予单剂帕拉米韦。

对于5岁以上的儿童,抗流感病毒治疗的选择较广:包括口服奥司他韦,吸入性扎那米韦、口服玛巴洛沙韦和静脉给予帕拉米韦。

儿童在服用奥司他韦时,应仔细阅读说明书,按体重正确给药:1岁以上的儿童,体重≤15kg,每次30mg;15~23kg,每次45mg;23~40kg,每次60mg;>40kg,每次75mg,每日2次,连续服用5天。

针对部分家长自行购药、给药的想法,陈明提醒,流感症状与普通感冒等其他疾病症状有相似之处,如发热、咳嗽、咽痛等,非专业人士难以准确区分。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。同时抗病毒药物并不能缓解已有的发烧、头疼等流感症状,在服药后仍需考虑开展对症治疗的手段。此外,奥司他韦上市多年,广泛使用和滥用使其耐药流感毒株产生增多。自行使用奥司他韦,尤其是不规范的用药行为,如随意更改剂量、疗程等,会进一步加速耐药病毒的产生和传播,降低药物的有效性。