

今年流感有何不同？ 儿童防护要留心

文 / 首都医科大学附属首都儿童医学中心 郭茂文

随着秋冬季来临，如何守护孩子远离流行性感（流感）再次成为家长们关注的焦点。近期，中国疾病预防控制中心发布的流感监测数据显示，流感病毒核酸检测阳性率持续上升。不少家长开始担忧：听说今年的毒株有变化，是真的吗？今年的流感是提前暴发了吗？儿童可以使用哪些抗病毒药物？已接种的疫苗是否仍然有效？面对这些疑问，下面我们将结合最新数据和专业信息，为家长们一一解答。

一、流感流行情况解读

1. 流行毒株类型

流感病毒可以分为甲（A）、乙（B）、丙（C）、丁（D）四个型别，其中甲型（H1N1亚型和H3N2亚型）和乙型流感病毒是引起季节性流行的主要病原体。

中国疾病预防控制中心发布的流感监测数据显示，2025年3月31日—11月2日，全国报告流感样病例暴发疫情（10例及以上）618起，经实验室检测，464起为甲型H3N2亚型。由此可见，2025年流行的流感毒株主要为甲型H3N2亚型——一种常见的流感病毒，并非新型毒株。

2. 流感病例情况

中国疾病预防控制中心发布的流感监测数据显示：2025年10月27日—11月2日，南方省份哨点医院报告的流感样病例就诊百分比高于2022年和2024年同期水平，低于2023年同期水平；同期北方省份哨点医院报告的流感样病例就诊百分比高于2022年、2023年和2024

年同期水平。

中国疾病预防控制中心发布的全国急性呼吸道传染病哨点监测数据显示：2025年10月27日—11月2日，南方省份呼吸道样本主要病原体核酸检测阳性率前三位为流感病毒、鼻病毒、肠道病毒；同期北方省份前三位为流感病毒、鼻病毒、呼吸道合胞病毒；流感病毒核酸检测阳性率较上一周增加6.4%。由此可见，目前我国已进入呼吸道传染病高发季节，疫情总体呈上升趋势，流感活动逐步进入快速上升阶段。

3. 耐药性分析

中国国家流感中心（CNIC）耐药监测数据显示：2025年3月31日—11月2日，除30株A（H1N1）pdm09亚型流感毒株对神经氨酸酶抑制剂敏感性降低或高度降低外，其余A（H1N1）pdm09亚型流感毒株均对神经氨酸酶抑制剂敏感；所有A（H3N2）亚型和B型流感毒株均对神经氨酸酶抑制剂敏感；所有A（H1N1）pdm09、A（H3N2）亚型和B型流感毒株均对聚合酶抑制剂敏感。

二、遵医嘱使用药物

所有用药均需在医生明确诊断后，严格遵循医嘱使用，以保障治疗的安全性与有效性。对于一般人群，建议在发病48小时内尽早开始抗病毒治疗，以获得最佳疗效；对于重症或有重症流感高危因素的人群，发病若已超过48小时，启动治疗仍能获益。

我国目前获批上市的抗流感病毒药物共有4大类：



①神经氨酸酶抑制剂,代表药物为奥司他韦、帕拉米韦和扎那米韦;②RNA聚合酶抑制剂,代表药物为玛巴洛沙韦、玛舒拉沙韦、昂拉地韦;③细胞血凝素抑制剂,代表药物为阿比多尔;④M2离子通道抑制剂,代表药物为金刚烷胺和金刚乙胺。其中,儿童常用药物包括奥司他韦、帕拉米韦、玛巴洛沙韦。

需要注意:阿比多尔在儿童群体中的循证医学证据尚不充分,临床应用有限;金刚烷胺和金刚乙胺则对当前流行毒株普遍耐药,已不再推荐使用。5岁以下患儿,推荐奥司他韦;5岁及以上患儿,同等推荐奥司他韦、帕拉米韦和玛巴洛沙韦,但对于重症及高危患儿建议首选奥司他韦。玛舒拉沙韦可用于12岁以上人群单纯性甲、乙型流感的治疗。

三、接种疫苗

每年接种流感疫苗是预防流感的有效手段。由于世界卫生组织(WHO)每年会根据流行情况推荐当年的流感疫苗组分,因此建议每年接种最新的流感疫苗。今年的三价流感疫苗包含A(H1N1)、A(H3N2)和B(Victoria)亚型毒株血凝素;四价流感疫苗则在三价的基础上增加了B(Yamagata)亚型毒株血凝素,从而提供更广泛的保护。

流感疫苗接种后通常需要2至4周才能产生具有保

护水平的抗体。为了在流感高发季节来临前形成有效免疫,建议在当地流行季开始前完成接种,每年9月至10月一般为最佳接种时间。

需要强调的是,虽然疫苗无法提供100%的防护,但能够显著降低感染流感及出现严重并发症的风险。因此,建议所有6月龄及以上且无接种禁忌的人群尽早接种流感疫苗。

四、其他注意事项

1.养成良好的个人卫生习惯

咳嗽或打喷嚏时,应使用纸巾、毛巾等遮住口鼻。接触电梯按钮、门把手等公共设施,或在咳嗽、打喷嚏后,应及时洗手或进行手部消毒。前往环境密闭、人员密集的场所,乘坐公共交通工具,或去医院就诊时,建议科学佩戴口罩。

2.保持健康的生活方式

日常生活中,应保持充足睡眠、均衡营养摄入和适量体育锻炼,以提高身体抵抗力。同时,注意维持家庭与工作场所的环境清洁,定期开窗通风。

3.注重健康饮食

流感患者的饮食宜清淡,避免辛辣、油腻食物。建议选择富含蛋白质、易于消化的食物,多摄入水果和蔬菜,保持饮食均衡。 **家庭与人**