

疫苗有效但非唯一

有关专家指出，虽然针对H7N9的疫苗制备工作正在启动，但目前还没有明确证据证明，H7N9禽流感有明确传播迹象。如果它只是一种散发的、主要来源于动物的疫情，此时没有必要注射疫苗。国家卫生和计划生育委员会人感染H7N9禽流感疫情防控工作领导小组办公室主任梁万年说，疫苗是有效手段，但不是唯一手段。

据介绍，从找到病原体到生产出疫苗的时间周期最短要6至8个月，现在正在启动疫苗的制备工作，过程非常复杂，现在启动的疫苗研究是基础性的研究。

梁万年表示，假如这个疾病变异，导致人与人之间的传播，尤其是大面积传播，疫苗就要生产和接种，现在正在做准备工作。从成本效率、防疫效果来说，目前还不需施行注射疫苗来防控。

目前我国500多家医院、400多家实验室都在加强监测，同时要求全国各地医疗机构必须报告不明原因肺炎，一旦发现了肺炎，体温超过38摄氏度，现有的已知病原体不能解释这种症状，在排除SARS、H5N1以及新型冠状病毒之后，同时肺部有相应的症状和血相变化，符合肺炎判断标准，就必须报告，当地卫生部门须进行排查。

中国疾病预防控制中心应急中心主任冯子健则呼吁，适时改变饮食和消费习惯。有活禽的农贸市场是高感染场所，监管部门要加大活禽市场监管，特别是减少现宰现卖的消费情况。



国家中医药管理局为H7N9禽流感“开药方”



多方参与 联防联控

防控禽流感措施更严密

本报记者 喻京英

目前，我国已报告20余例H7N9禽流感确诊病例，随着病例报告的增加，我国已建立由国家卫计委牵头、多部门参加的应对人感染H7N9禽流感疫情联防联控工作机制，统筹协调和指导各相关部门和地区落实各项防控措施，并组织对防控工作情况进行督导检查。各种防控措施更趋严密。

间，大多数是在禽类之间传播，没有在人类之间传染，一些症状也比较弱，但是我们确实不能用其他病毒得到的信息来推断新病毒的情况，病毒的传播模式可能不同，所以，不能根据以往的情况来推断新病毒。

据蓝春明介绍，现在世卫组织正在收集各种信息，但目前收集的信息还不够全面，不能全面了解该病毒的毒性以及它的变化情况。现在只有散发病例，因此，公众不应过度恐慌。

减少直接接触禽类

冯子健建议，公众预防人感染H7N9禽流感重要的预防措施，就是要做好个人卫生、尽量减少和禽类的直接接触，若有发热症状应及时就诊，并告知医生与动物的接触史。

冯子健表示，目前发生的所有病例都集中在华中地区4省市，在这些地区和禽类接触，有可能增加人感染的风险。虽然还不知道这个病毒在其他地方有没有发生病例的可能性，但会密切关注该病毒和疾病发生的情况。

H7N9是全新病毒

H7N9禽流感病毒是否会在人群中发展，是目前人们最为关注的焦点。中国疾控中心病毒预防控制所副所长、国家流感中心主任舒跃龙表示，经过过去十几年的发展，中国已建成一个非常完善的监测网络。这个监测网络有400多个实验室，相信会对该病毒做出更为科学的判断，并发挥重要的作用。

据舒跃龙介绍，现在对密切接触者的跟踪，还未发现确诊病例，所以H7N9禽流感还只是一个禽类疾病，尚未发现人传人传播。

对于公众关心的病毒来源，农业部组织专家研讨认为，从家禽、鸽子中分离到的H7N9禽流感病毒是一种全新病毒，与人体中分离到的病毒高度同源，此前在国内从未分离到，该病毒来源不明、传播途径不清，不排除通过候鸟迁徙带入国内的可能。

梁万年也表示，这个病毒是在人体上发现的新病毒，

病气虚人群可加用玉屏防风散。

国家中医药局人感染H7N9禽流感中医药防控专家组成员姜良铎表示，H7N9禽流感可防可治，其传播能力没有SARS病毒强。提高人的抵抗力是预防疫病的关键。中医药在提高免疫力、清热解毒方面有独到优势，建议患者在感染初期可以使用中成药。上海一例H7N9禽流感患儿在接受以中医药为主治疗后目前已经治愈。由于H7N9禽流感对人体肺气损伤严重，专家正在研究针对性的方法。

当以上人群出现发热、咳嗽、咽痛、全身不适等症时，应戴上口罩，并尽快到发热门诊就医，并告知医生自身职业和发病前7天的活动。

禽类食物能否吃？

食用经过正确烹饪的肉，包括家禽肉和禽肉制品，是安全的。烹饪温度至少要达到70摄氏度，但病死动物或发现时已死的动物不可食用。

鸟粪是否带禽流感病毒？

从传播途径上分析，除经呼吸道传播外，禽流感病毒也可通过密切接触感染的禽类分泌物或排泄物而被感染。接触鸟类粪便后须用皂液彻底清洁。要尽可能避免接触禽类及其粪便，处理它们的粪便时应戴上手套；接触它们或其粪便后，必须用皂液和清水彻底清洁双手。

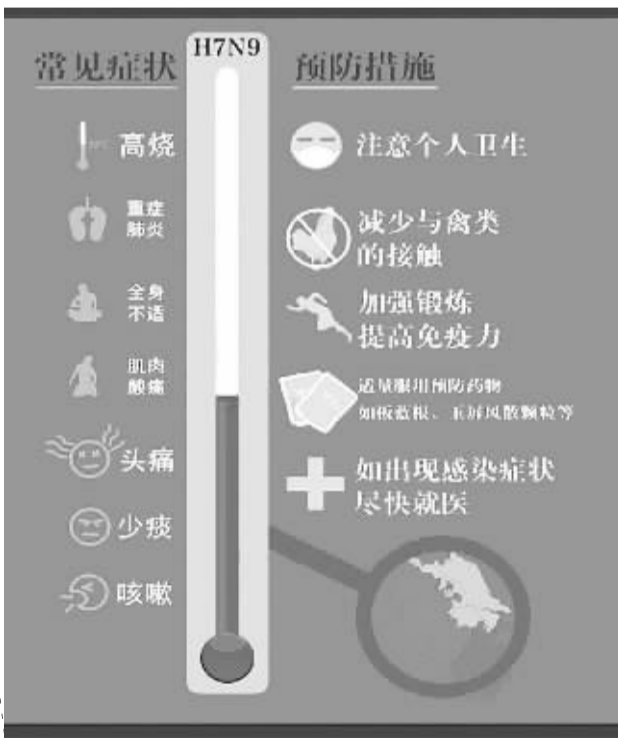
国家食品安全风险评估中心专家提醒，禽流感病毒在较低温度粪便中可存活1周，在4℃水中可存活1个月。养鸟人士应加强饲养管理，提高禽体抗病力；注意鸟笼的卫生清洁；保证笼舍的通风。要及时给鸟笼消毒，必要时还要到动物防疫部门进行防疫。

人感染后的症状？

人感染后一般表现为流感样症状，如发热，咳嗽，少痰，可伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适。重症患者病情发展迅速，表现为重症肺炎，体温大多持续在39℃以上，出现呼吸困难，可伴有咯血痰；出现急性呼吸窘迫综合征等。

根据流感的潜伏期及现有H7N9禽流感病毒感染病例的调查结果，潜伏期一般为7天以内。

链接▶▶▶



病毒传播模式不同

国际上曾发生过人感染H7N2、H7N3和H7N7流感疫情。对于是否能够推测H7N9的传播可能性，世卫组织驻华代表蓝春明表示，H7病毒被发现已经有很长时

H7N9禽流感是什么病？

禽流感是由甲型流感病毒的一种亚型引起的急性传染性疾病。它通常只感染鸟类，很少感染人、猪、马等哺乳动物。

在禽流感病毒中，H和N分别代表病毒外膜的血凝素(H)和神经氨酸酶(N)，目前可分为16个H亚型(H1~H16)和9个N亚型(N1~N9)。H7N9和之前公众比较熟悉的甲型H1N1流感病毒、H5N1禽流感病毒相比，有明显不同。H7N9和H5N1都是动物流感病毒，偶尔感染人类。H1N1流感病毒则分为通常感染人类和通常感染动物两类病毒。

1996年至2012年，H7流感病毒在荷兰、意大利、加拿大、美国、墨西哥和英国也曾报告过。这些病例中，除荷兰的1例死亡病例外，其他表现为结膜炎和轻度上呼吸道感染。2013年以前，中国没有发现人感染H7禽流感病例。

H7N9病源是什么？

H7N9的病毒来源仍在积极地检测和研究中，还没有最终、明确的信息和结论。目前怀疑病源是鸟类，如鸽子。至于人感染H7N9的原因还在研究中。

易染H7N9病毒的人群有哪些？

易感H7N9病毒的人群，现阶段主要是从事禽类养殖、销售、宰杀、加工业者，以及在发病前1周内接触过禽类者，他们需要比普通人更加注意预防。此类人员在进行接触禽类的工作活动过程中，应穿着防护服，佩戴口罩和手套，减少与禽类的直接接触。清洁禽舍时，要严格执行清洁和消毒程序；清洁完毕后，要及时彻底地洗手和消毒；当身体接触禽类污物时，也要彻底地清洗。当发现病死禽时，应及时焚毁，并通知当地动物检验检疫部门处理。



医说新语

慢性便秘也需就医

文 心

是病，无需就医。但如果任其发展，严重时甚至需要通过外科手术才能治疗。

王化虹说，慢性便秘是临床常见的消化系统疾病，发病率高。慢性便秘对患者生活质量的影响与糖尿病、高血压、心脏病或抑郁症相当，会给患者带来经济及心理等多方面的负担，已经成为我国主要公众健康问题之一。由于缺乏对疾病的正确认识或讳疾忌医的心态，许多慢性便秘患者长期应用或滥用刺激性泻药，不规范地使

用中药或保健品等，极易出现泻剂依赖或结肠黑变病，进而增加结肠癌变的危险。

王化虹指出，引起慢性便秘的病因有许多，只有了解这些病因，才能有效地解决慢性便秘。有些疾病危险性很大，如肛门损伤、肠梗阻、肠嵌塞和溃疡，甚至肠道恶性肿瘤等。对慢性便秘进行自我治疗有可能延误诊断，使患者无法及时接受正规的治疗。她说，一旦患上慢性便秘，除改善生活习惯外，应及时到医院向专业医

生进行咨询并接受正规治疗。

王化虹强调，大部分慢性便秘患者存在胃肠动力障碍问题，因此恢复胃肠动力是治疗慢性便秘的关键所在。今年3月初举办的亚洲神经胃肠病学与动力学大会，就讨论了即将发布的亚洲慢性便秘诊治指南，并提出治疗慢性便秘的目标之一是恢复低下的胃肠动力。对于有每周排便次数少于3次，排干球样便，腹胀但缺少便意等症患者，建议及时前往医院，酌情选用促进肠动力药进行治疗。

被冠以“药王”的金线莲也称为金线兰、金丝草、金石松、鸟人参。含有氨基酸成分及抗衰老活性微量元素等，有天然的保健养生作用。在大自然中，野生动物会觅食这种植物，以储备体力、自行疗口。金线莲为兰科开唇植物花叶兰，中医把它做为多年野生珍稀中草药，在民间使用范围较广。这种植物于1992年被福建省政府列为濒危药用植物。近年来，人工开始种植金线莲，使这种罕见的深山野物进入寻常百姓家。据金线莲专家连建枝介绍，鲜品金线莲脆嫩鲜美、清香微甘；干品清香怡人、醇厚可口。福建地区的很多家庭经常用它炖制肉类食品，不但营养丰富，而且极为鲜美。

日常使用方法：

1. 将金线莲鲜品用清水清洗干净，直接生吃或凉拌，味道微苦伴有爽脆，最为养生。
2. 将金线莲鲜品与其他水果混合打磨成果汁，或掺入蜂蜜或冰糖。
3. 将金线莲鲜品放入茶壶或陶罐中煮沸(可放冰糖)，直接饮用。
4. 鲜品还可用来做成上汤金线莲，或清炒金线莲，与其他食物做成清汤。

干品使用方法：

1. 将金线莲全草干品放入茶壶或陶罐中煮沸，直接饮用；
2. 金线莲特级干品可与其他食物做成药膳，或炖汤，亦可直接冲泡；
3. 有机金线莲茶是用100%的金线莲经过特殊工艺制作而成的，直接用茶壶、盖杯或其他泡茶工具即可冲泡使用。这种茶的营养成分能迅速溶解，汤色浓郁，气味芳香，口感甘甜醇厚。

保健园

美味“金线莲”

子 轩

