



甲型H1N1流感

防治读本

吴小南 编

福建科学技术出版社

FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

甲型H1N1流感 防治读本

吴小南 编

图书在版编目(CIP)数据

甲型 H1N1 流感防治读本/吴小南编. —福州:福建科学技术出版社,2009.5(2009.6重印)

ISBN 978-7-5335-3357-1

I. 甲… II. 吴… III. 流行性感—传染病防治—基本知识 IV. R511.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 066141 号

- | | |
|------|----------------------------------|
| 书 名 | 甲型 H1N1 流感防治读本 |
| 编 者 | 吴小南 |
| 出版发行 | 福建科学技术出版社(福州市东水路 76 号,邮编 350001) |
| 网 址 | www.fjstp.com |
| 经 销 | 各地新华书店 |
| 排 版 | 福建科学技术出版社排版室 |
| 印 刷 | 福建地质印刷厂 |
| 开 本 | 850 毫米×1168 毫米 1/32 |
| 印 张 | 2 |
| 字 数 | 48 千字 |
| 版 次 | 2009 年 5 月第 1 版 |
| 印 次 | 2009 年 6 月第 2 次印刷 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5335-3357-1 |
| 定 价 | 6.00 元 |

书中如有印装质量问题,可直接向本社调换

前 言

在人类历史上曾经多次出现过流感大暴发，造成数千万人死亡。2009年3月以来在墨西哥和美国等地暴发的甲型H1N1流感疫情震惊全球。世界卫生组织对此高度关注，分别于4月27日和29日连续两次提升流感大流行的警告级别。

我国政府高度重视此次甲型H1N1流感疫情，按照党中央、国务院的要求，已建立了由卫生部牵头的多部门联防联控工作机制，制定疫情防控策略和措施，严防甲型H1N1流感的传入、蔓延。其他有关部门和地方各级政府也迅速启动了应急响应机制，全力保障我国公共卫生安全。

防控甲型H1N1流感疫情不仅仅是政府的责任，也需要每个社会成员积极参与和配合。如配合相关部门对可疑病例加强监测和报告；养成并保持科学的生活方式，注意个人卫生，加强自我防范；关注政府发布的疫情信息和专家提示的防疫知识，科学防范疾病；不轻信和传播来路不明的消息，时刻保持理性等。

虽然目前疫情仍在蔓延，可世界卫生组织同时也指出，“当前流感大流行暴发的风险在增加，但并不表明它不可避免”。控制传染源、切断传播途径、保护易感人群的三大原则，对于任何传染病，包括甲型H1N1流





感在内都有效。可以这样说，科学知识是最好的“疫苗”，理性有序地应对是最有力的“武器”。加上我国有成功抗御“非典”的经验，在此基础上，只要政府各部门积极履职、密切合作，社会公众大力支持、做好自我防护，一定会打胜这场抗击甲型 H1N1 流感的重大战役。

防治甲型 H1N1 流感，人人有责。因此，为普及防治甲型 H1N1 流感的知识，特编写了这本科普读本，希望能让广大读者知道甲型 H1N1 流感是可防、可控、可治的，避免不必要的恐慌，希望能让广大读者掌握相关防治知识，提高自我保护和预防疾病的能力，从而更加健康地生活。应该指出的是，随着社会的发展和医学科学的进步，各种新型传染病仍会不断被发现，而本书所介绍的各种预防甲型 H1N1 流感的措施，对于其他的呼吸道传染病也是有效的。只要相信科学，保持科学的生活方式，注意个人卫生，加强自我防范，我们必然可以把患病的风险降到最低限度。

编者

2009 年 5 月

目 录

甲型 H1N1 流感来势汹汹

——一种变异的流感病毒在人际间流行

什么是甲型 H1N1 流感?	(1)
为什么甲型 H1N1 流感原称“人感染猪流感”?	(1)
猪与流感病毒有什么关系?	(2)
甲型 H1N1 流感病毒为什么会传染人?	(2)
甲型 H1N1 流感的密切接触者是指哪些人?	(2)
此次流行的甲型 H1N1 流感病毒有什么特点?	(2)
甲型 H1N1 流感病毒在病原学上有什么特征?	(3)
没有与猪接触为什么也会患甲型 H1N1 流感?	(3)
甲型 H1N1 流感的传染源是什么?	(4)
甲型 H1N1 流感是通过什么途径传播的?	(4)
甲型 H1N1 流感与普通流感、禽流感的传播途径有何 异同?	(4)
甲型 H1N1 流感的传播能力强不强?	(4)
吃猪肉会感染甲型 H1N1 流感吗?	(5)
甲型 H1N1 流感主要传染哪些人?	(5)
甲型 H1N1 流感病毒为什么主要传染青壮年?	(6)
甲型 H1N1 流感与普通流感、禽流感的易感人群有何 不同?	(6)
此次甲型 H1N1 流感疫情与“非典”、禽流感有何不同?	(6)



甲型 H1N1 流感会在全球蔓延吗?	(7)
我国科学家对甲型 H1N1 流感的流行趋势有哪些看法? ...	
.....	(7)
甲型 H1N1 流感有哪些症状?	(7)
甲型 H1N1 流感和普通流感容易鉴别吗?	(8)
甲型 H1N1 流感的症状与禽流感有什么不同?	(8)
甲型 H1N1 流感与普通流感、禽流感的潜伏期一样吗? ...	
.....	(8)
对甲型 H1N1 流感的蔓延应有何种心理准备?	(9)
甲型 H1N1 流感的死亡率与“非典”、禽流感有什么	
差别?	(9)

甲型 H1N1 流感可防、可控、可治

——科学理性地应对甲型 H1N1 流感

甲型 H1N1 流感可以防治吗?	(10)
以前防控禽流感的措施对防控甲型 H1N1 流感有效吗? ...	
.....	(10)
有没有疫苗可以预防甲型 H1N1 流感?	(11)
中国能生产出预防甲型 H1N1 流感的疫苗吗?	(11)
甲型 H1N1 流感有无快速诊断方法?	(11)
怎样控制甲型 H1N1 流感的传染源?	(11)
怎样切断甲型 H1N1 流感的传播途径?	(12)
怎样避免甲型 H1N1 流感在医院内传播?	(12)
甲型 H1N1 流感归入哪一类传染病进行管理?	(12)
如何面对正在流行的甲型 H1N1 流感?	(13)
为什么说甲型 H1N1 流感在预防上比“非典”更困难? ...	
.....	(14)



流感患者出现哪些症状时需要进行甲型 H1N1 流感的检测 排查？	(14)
甲型 H1N1 流感的诊断标准是什么？	(14)
甲型 H1N1 流感应与哪些疾病鉴别？	(15)
甲型 H1N1 流感的体征与影像学检查有什么特点？	(15)
甲型 H1N1 流感的实验室检查有哪些？	(15)
什么是甲型 H1N1 流感的对症支持疗法？	(16)
甲型 H1N1 流感会自愈吗？	(16)
怎样用西药治疗甲型 H1N1 流感？	(16)
中医怎样辨证治疗甲型 H1N1 流感？	(17)

防流感的措施也能防甲型 H1N1 流感

——健康的生活方式是最好的“疫苗”

为什么说预防普通流感的措施也能预防甲型 H1N1 流感？	(19)
预防传染病的“三部曲”是什么？	(19)
吃什么药能预防甲型 H1N1 流感？	(20)
预防流感有哪些“保健处方”？	(20)
什么是防范流感的“四勤六好”？	(21)
现在我们上街是否有必要戴口罩？	(22)
哪些情况下要戴口罩？	(22)
使用口罩要注意什么？	(23)
什么时候该洗手？	(23)
怎样正确洗手？	(23)
目前我们平时洗手有必要使用消毒液吗？	(24)
如何正确地进行通风？	(24)



如何进行家庭空气消毒？	(24)
有没有预防甲型 H1N1 流感的中医处方？	(25)
“上班族”如何预防流感？	(26)
公共场所的工作人员预防流感有哪些措施？	(27)
乘坐出租车、公交车要注意什么？	(27)
旅途中应注意什么？	(28)
外出时如何安全如厕？	(29)
出入高危场所应注意什么？	(29)
儿童预防流感应注意什么？	(30)
孕妇应怎样预防流感？	(30)
老年人应怎样预防流感？	(31)
近期出国人员如何防范甲型 H1N1 流感？	(31)
近期归国人员如何防范甲型 H1N1 流感？	(32)
经常与猪接触的人应采取什么预防措施？	(33)
如果家里有甲型 H1N1 流感病人该怎样预防？	(33)
如果怀疑自己患甲型 H1N1 流感应该怎么办？	(33)
如果怀疑自己患甲型 H1N1 流感，该如何就医？	(34)

甲型 H1N1 流感的疫情及其他

——对可能暴发的疫情要保持高度警惕

世界卫生组织将全球流感大流行的警戒级别提高到几级？	(35)
世界卫生组织的流感大流行警戒级别一共有几级？ ...	(35)
甲型 H1N1 流感常用防疫术语有哪些，都是什么意思？ ...	(36)
此次甲型 H1N1 流感的疫情有哪些特点？	(37)
为什么这次疫情传播这么快？	(37)



目前甲型 H1N1 流感的疫情发展趋势将会有什 变化?	(38)
甲型 H1N1 流感病毒曾经感染过人吗?	(38)
此次甲型 H1N1 流感的源头在哪里?	(38)
作为疫情最早发生地,墨西哥采取了哪些措施?	(39)
目前甲型 H1N1 流感的传播链是否已经清楚了?	(39)
限制国际旅行和关闭边境有助于防控本病吗?	(39)
隔离对防控甲型 H1N1 流感疫情有效吗?	(39)
为什么世界卫生组织如此高度重视这次甲型 N1H1 流感 疫情?	(40)
对人类造成最大危害的流感是哪一次?	(40)
这次甲型 H1N1 流感病毒与“西班牙大流感”病毒有 关吗?	(41)
如今新的传染病是不是越来越多?	(41)
人类如何面对层出不穷的新传染病?	(42)

附录

甲型 H1N1 流感诊疗方案(2009 年试行版第一版)	(43)
甲型 H1N1 流感中医药预防方案(2009 版)	(49)
全国各省(市、自治区)疾病预防控制中心咨询电话	(52)

甲型 H1N1 流感来势汹汹

——一种变异的流感病毒在人际间流行

什么是甲型 H1N1 流感？

甲型 H1N1 流感，原称“人感染猪流感”，特指 2009 年 3 月以来在墨西哥和美国等先后发生的新型流感，系由甲型流感病毒 H1N1 亚型引起的一种急性传染性疾病。该毒株包含有猪流感、禽流感和人流感三种流感病毒的基因片断，是一种新型流感病毒，可以人传染人，也可以人传染给猪。我国已将其纳入《中华人民共和国传染病防治法》规定的乙类传染病，并采取甲类传染病的预防、控制措施。甲型 H1N1 流感的症状与普通流感相似，包括发热、咳嗽、喉咙痛、身体疼痛、头痛、发冷和疲劳等，有些还会出现腹泻和呕吐，重者会继发肺炎和呼吸衰竭，甚至死亡。

为什么甲型 H1N1 流感原称“人感染猪流感”？

世界卫生组织 2009 年 4 月 30 日宣布，从当日起，该组织不再使用“猪流感”一词指代当前疫情，而开始使用“A（H1N1）型流感”一词。

世界卫生组织已多次表明，虽然这种新型病毒是由猪流感病毒演变而来，可以在人与人之间传播，也可以从人传播给猪。但为避免在全球养殖业、禽肉贸易、居民饮食中引发混乱，世界卫生组织、联合国粮农组织和世界动物卫生组织这三大权威组织最



终决定停用“猪流感”名称，改用病毒分类的学名 A (H1N1)。我国卫生部将其称为甲型 H1N1 流感。

猪与流感病毒有什么关系？

猪是个包容性极强的宿主，可以从人类、鸟类、其他动物身上接纳流感病毒。在它体内，各种流感病毒可以共享基因，重新组合，从而使病毒发生巨大变化。

甲型 H1N1 流感病毒为什么会传染人？

原本甲型 H1N1 流感病毒不会传染到人，这次病毒基因中嫁接了人流感病毒，所以能传染人。近几年在美国等地也出现过人感染猪流感的病例，患者大多为与病猪有过直接接触的人。现已确定目前在美国和墨西哥发生的这种病毒具有传染性，并且正在人际间传播。

甲型 H1N1 流感的密切接触者是指哪些人？

根据卫生部发布的防控方案，密切接触者是指在未采取有效防护情况下接触传染期甲型 H1N1 流感病例的人群，具体包括：诊断、治疗或护理、探视甲型 H1N1 流感病例的人员；与病例共同生活或有过近距离接触的人员；直接接触过病例的呼吸道分泌物、体液或可能暴露于病例污染的环境或物体的人员等。

此次流行的甲型 H1N1 流感病毒有什么特点？

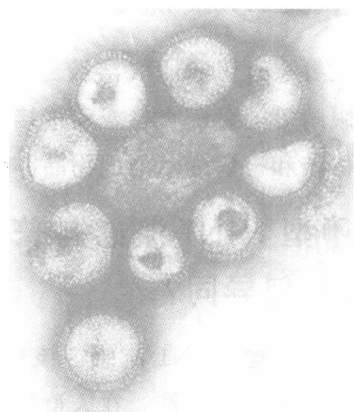
初步研究检测出甲型 H1N1 流感病毒，包含有禽流感、猪流感和人流感三种流感病毒的脱氧核糖核酸基因片断，同时拥有亚洲猪流感和非洲猪流感病毒特征。虽然世界卫生组织曾经发现过混合了人、禽和猪三种流感病毒的毒株，但从未见过这种跨洲



组合的猪流感病毒。而且这一次的病毒非常特殊，它经过了多次的重组，基因有鸟、猪、人的，情况很复杂，发生的具体过程可能时间很长，只是没被发现而已。鸟、猪、人三重杂交病毒以前出现过，1998 年在美国暴发，但是没有传染给人。

甲型 H1N1 流感病毒在病原学上有什么特征？

甲型 H1N1 流感病毒属于正黏病毒科，甲型流感病毒属。典型病毒颗粒呈球状，直径为 80~120 纳米，有囊膜。囊膜上有许多放射状排列的突起糖蛋白，分别是红细胞血凝素（HA）、神经氨酸酶（NA）和基质蛋白 M2。病毒颗粒



内为核衣壳，呈螺旋状对称，直径为 10 纳米。为单股负链 RNA 病毒，基因组约为 13.6 千碱基对，由大小不等的 8 个独立片段组成。病毒对乙醇、碘伏、碘酊敏感；对热敏感，56℃ 30 分钟可灭活。

没有与猪接触为什么也会患甲型 H1N1 流感？

据报道，过去人感染猪流感病毒的病例很少见，猪流感病毒通常不在人际间传播。2005 年 12 月至今年 1 月，美国只发现过 12 例人感染猪流感病毒病例，其中 11 人与猪有过直接接触。然而此次，美国和墨西哥的绝大多数患者并未接触过猪。可见这种病毒会通过人—人形式传播。目前也已证实了甲型 H1N1 流感病毒在人际间传播的病例。科学家指出，打喷嚏、咳嗽和物理接



触都有可能导致新型甲型 H1N1 流感病毒在人群间传播。

甲型 H1N1 流感的传染源是什么？

甲型 H1N1 流感病人为主要传染源。虽然猪体内已发现甲型 H1N1 流感病毒，但目前尚无证据表明动物为传染源。

甲型 H1N1 流感是通过什么途径传播的？

主要通过飞沫或气溶胶经呼吸道传播，也可通过口腔、鼻腔、眼睛等处黏膜直接或间接接触传播。接触患者的呼吸道分泌物、体液和被病毒污染的物品亦可能造成感染。

甲型 H1N1 流感与普通流感、禽流感的传播途径有何异同？

(1) 甲型 H1N1 流感：该病毒非常活跃，在发病前 1 天至发病后 7 天有传染性。在人群间传播主要是以感染者咳嗽和喷嚏产生的飞沫为媒介，也可通过直接接触或间接接触传播。

(2) 普通流感：人际传播，以空气飞沫传播为主，流感患者及隐性感染者为主要传染源。发病后 1~7 天有传染性，病初 2~3 天传染性最强。

(3) 禽流感：禽流感病毒迄今只能通过病禽传染给人，不能通过人传染给人。

甲型 H1N1 流感的传播能力强不强？

一般冬春季节是流感的高发季节。这次甲型 H1N1 流感反季节出现，说明它的传播能力非常强。特别是病毒是全新的，以前没出现过，人体对它没抵抗力，全人群普遍易感。从美国、墨西哥的发病情况看，中青年易感，青少年更是易感人群。



吃猪肉会感染甲型 H1N1 流感吗？

由于猪肉是人们日常生活中最常吃的副食品之一，所以吃猪肉会不会感染上甲型 H1N1 流感成了人们最关心的问题。目前尚无证据表明甲型 H1N1 流感能通过食物传播。食用处理得当的熟猪肉和猪肉制品是安全的。将猪肉烹制的内部温度达到 71℃，就可杀死甲型 H1N1 流感病毒。



甲型 H1N1 流感主要传染哪些人？

此次甲型 H1N1 流感病毒呈现的一个特点是，对青壮年攻击性强。据美联社报道，此前大多数流感的易患人群均为老年人和儿童，而这一次的甲型 H1N1 流感主要攻击人群为青壮年。据墨西哥政府公布的数据，确诊甲型 H1N1 流感的死者，大多数年龄都在 25~45 岁之间。

世界卫生组织的专家警告，此次流感的特异之处就在于患者多为身体强壮的年轻人，而这一点正是会造成大量死亡的严重流感的特征之一。美联社报道说，人类有记录的流行性感冒最严重疫情发生在 1918 年至 1919 年，当时那次流感病毒也是主要针对青壮年人群的，那次疫情在全球范围内导致 4000 万人死亡。



甲型 H1N1 流感病毒为什么主要传染青壮年？

专家认为，可能是青壮年机体免疫力太强了。年轻人对这种新病毒没有免疫能力的时候，就会调动全身的免疫能力去抵御病毒。这时候可能会发生免疫系统针对病毒的识别错误，结果攻击了人体正常的细胞。而老年人一生经历的疾病很多，免疫能力已经不是很强，不会发生强烈的免疫反应，反而能避免这样的情况。儿童也类似。

甲型 H1N1 流感与普通流感、禽流感的易感人群有何不同？

(1) 甲型 H1N1 流感：甲型 H1N1 流感发病的患者年龄绝大多数在 25~45 岁之间，属于青壮年。

(2) 普通流感：有四类最易感染的人群，分别是老年人，患有肝脏、肾脏、心脏等慢性病的人群，经常接触流感人群的医护人员，儿童。

(3) 禽流感：在已发现的感染病例中，13 岁以下儿童所占比例较高，病情较重，属于易感人群。

此次甲型 H1N1 流感疫情与“非典”、禽流感有何不同？

坏的方面是，甲型 H1N1 流感传播速度相对快，“非典”的传播速度有时快，但大多数速度还是慢的；禽流感不能在人际间传播（人传人），而甲型 H1N1 流感则可以在人际间传播。好的方面是，甲型 H1N1 流感的死亡率比“非典”要低。



甲型 H1N1 流感会在全世界蔓延吗？

目前，世界卫生组织已进入高度戒备状态，世界卫生组织总干事陈冯富珍表示，由于此次甲型 H1N1 流感病毒是新的，对其了解并不深入。对于甲型 H1N1 流感是否有在全球广泛暴发的可能性，有的专家认为，疫情大暴发已进入倒计时。这种病毒在人与人之间的传播，短时间内还不大可能得到遏制。但世界卫生组织负责卫生安全和环境事务的助理总干事福田敬二则认为，疫情的不可预测性表现在甲型 H1N1 流感病毒株可能继续变异，既有可能变得更危险，也有可能变异后减小对人类健康构成的风险。

我国科学家对甲型 H1N1 流感的流行趋势有哪些看法？

“甲型 H1N1 流感流行趋势大约有这样几种可能性。”专家认为，“一种是持续传播，也就是说该疾病会继续沿着现在的趋势传播下去；另外一种可能性，它会像‘非典’一样，传着传着就没有了，这是完全可能的。因为一个病毒新出现以后对人的感染也可能变异。此外，甲型 H1N1 流感和普通季节性流感非常类似，也有可能在夏、秋季的致病率会减弱，到流感流行时会增加。目前，北京的流感流行季节是每年的 10 月至第二年的 3、4 月份，但别的城市的流感流行季节并不都是秋冬季，夏季也有高峰。所以，预测这个病现在非常困难。”

甲型 H1N1 流感有哪些症状？

甲型 H1N1 流感的早期症状与普通流感相似，包括发热（腋温 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ ）、流涕、鼻塞、咽痛、咳嗽、头痛、肌痛、乏