

直面疫情，不必恐慌，甲流可防、可控、可治！
潜心研究H1N1病毒多年的权威中医药科研团队为您奉上——

中医防治 甲型H1N1流感 9堂课

中医眼中的甲流面目……

中医防甲流的实用妙招：药膳、按摩、拔罐、捏脊……

网帖热议的种种疑问：大蒜可以防甲流？甲流疫苗安全吗？

家里的宠物也是致病源？……

主 编 朱宇同

副主编 郭兴伯 谈 博

广东省出版集团



中医防治 甲型H1N1 流感 9堂课

主 编 朱宇同

副主编 郭兴伯 谈 博

广东省出版集团

广东科技出版社

· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

中医防治甲型H1N1流感9堂课/朱宇同主编.—广州:
广东科技出版社, 2010.1

ISBN 978-7-5359-5082-6

I. ①中 II. ①朱… III. ①流行性感冒—中医治
疗法—基本知识 IV. ①R254.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第234987号

统筹策划: 崔坚志

责任编辑: 吕 健 杨敏珊

责任校对: 陈杰锋 陈 静 C. S. H.

责任技编: 严建伟

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www.gdstp.com.cn

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 广东科电有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮码: 528225)

规 格: 787mm × 1 092mm 1/32 印张5 字数70千

版 次: 2010年1月第1版

2010年1月第1次印刷

定 价: 12.80元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

目 录

第1课 甲流的前世今生 /1

H1N1，你是什么东西？ /2

为什么叫新甲型流感病毒？ /3

掀开甲流的面纱 /4

甲流原名猪流感，是不是冤枉了猪？ /7

过去暴发过甲型H1N1流感吗？ /9

H1N1会变异得更恐怖吗？ /11

H1N1的传染源到底来自
哪里？ /14

死亡！难道真的是甲流惹
的祸？ /16

此次甲流的暴发还会持续
吗？ /19

“超级流感”与甲流是一回事吗？ /23

第2课 天哪，我是不是得了甲流？ /25

别吓自己，您可能是甲流“疑病症”！ /26

甲流，你要潜伏多久？ /27

第 1 课

甲流的前世今生



2

导语：自2009年4月以来，一场波及全球的甲型H1N1流感疫情愈演愈烈。根据世界卫生组织2009年12月18日发布的最新疫情通报，截至2009年12月13日，甲型H1N1流感在全球已造成至少10 582人死亡，比一周前增加986例。

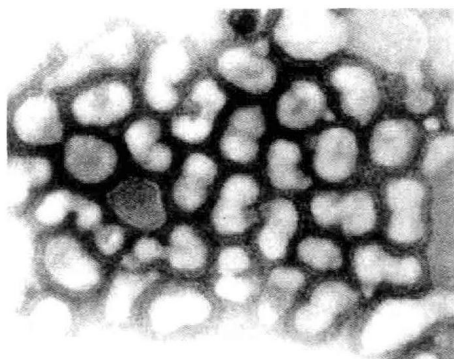
2009年12月11日，卫生部通报：全国甲型H1N1流感整体疫情还处于上升阶段，H1N1病毒依然活跃，疫情范围还在进一步扩大。根据流感通常流行三波的特点，在今后几个月中，特别是冬末春初时会否出现新一波疫情尚无法预测，因此形势依然严峻……

直面疫情，还是让我们继续保持高度警惕，投入到这场抗御甲流的保卫战中吧！

H1N1，你是什么东西？

H1N1是正黏液病毒系列的一种病毒。所谓H和N，是指分布在甲型流感病毒表面的两大类糖蛋白。H被称为红细胞血凝素（Hemagglutinin），有15个亚型，其作用像一把钥匙，帮助病毒打开宿主细胞的大门；N是神经氨酸苷酶（Neuraminidase），有9个亚

型，能够破坏细胞的受体，使病毒在宿主体内自由传播。由于H和N的组合不同，形成了不同亚型的病毒。H1N1就是其中的一种，它的宿主是鸟类和一些哺乳动物。人类感染的流感病毒可能是经过鸟类和哺乳动物传播间的重组和变异，进而导致疫情大面积传播。此次世界性流行的流感病毒就是由甲型H1N1流感病毒引起的，故简称“甲流”。



电子显微镜下的甲型流感病毒

为什么叫新甲型流感病毒？

流感病毒分为甲（A）、乙（B）、丙（C）三型，其中甲（A）型流感病毒主要因为H和N的重组活

跃，因此最容易发生变异，可感染人和多种动物，为人类流感的主要病原，常引起大流行和中小流行。

乙（B）型流感病毒基因结构型与甲（A）型相似，但其变异较少，仅感染人和海豹，引起暴发或小流行，而且发病也通常比甲（A）型温和。

丙（C）型流感病毒较为稳定，多为散发病例，过去认为只感染人类，目前发现猪也可被感染，通常不会引起很严重的疾病。

一般情况下，流感病毒的易感性受宿主限制，但几乎所有亚型的甲（A）型流感病毒都可以感染鸟类，感染人的主要是H1、H3亚型。

此次甲型H1N1流感是由新甲型H1N1流感病毒引起的，之所以称其为“新”，是由于其病原病毒基因中包含5个属于猪流感的基因片段、1个属于人流感的基因片段与1个属于禽流感的基因片段，不同于以往的一些流感病毒构型，会变异，可以人传人。

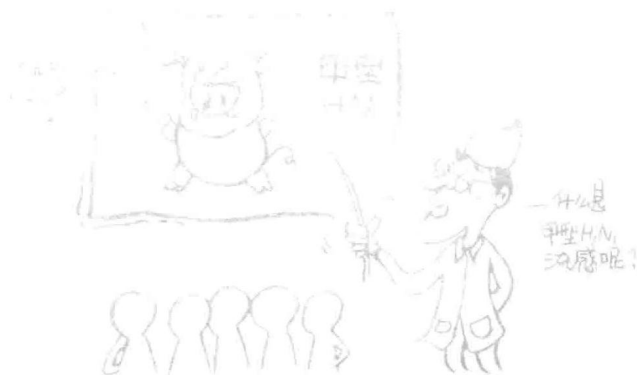
掀开甲流的面纱

甲型H1N1流感是由新甲型H1N1流感病毒株感染而引起的一种新型呼吸道传染病。因为其临床症状与

其他的季节性流感、禽流感和普通流感大同小异，单从症状上来区分难度较大。

从潜伏期来说，甲型H1N1流感可能有一周的潜伏期，症状非常轻微或者没有症状。一般的流感也会有潜伏期，但时间相对要短一些，比如说两三天。

从对人体损害角度来说，甲型H1N1流感的损害程度要比一般的流感大。我们之所以关注甲型H1N1流感，正是因为它对人体造成的损害相对严重，其症状来得比较凶猛，若有基础疾病的患者和体质弱的患者受感染还会造成器官的急剧损害，甚至多脏器的功能衰竭。



从传染的能力来说，甲型H1N1流感和一般的流感既相似又有不同。它们都会在人群当中形成普遍的传播，换句话说就是多数人群都是易感的，但一般流

感的感染人群往往是一些具有慢性疾病或者年幼的人群，而甲型H1N1流感感染的人群特征主要是青少年。

此外，甲流和一般的流感都具有一定的自愈倾向。一般的流感往往从发病到痊愈要经历7~10天的时间。甲型H1N1流感由于它的危害性和其对器官功能的损害相对严重一些，它的修复和痊愈时间相对也要长一些，通常来说在10天左右，有一些儿童持续的时间长一些，可能会达到2周以上。

如果仅仅从临床症状来区分甲型H1N1流感和一般的流感是非常困难的，它们都会有发热、咽痛、消化系统的症状等，而且因为潜伏期的症状不典型，往往还会被大家忽略掉。临床上必须做进一步的病原学检查、病毒分离、抗体分离等，这样才能区分是哪种流感。但是，我们在面对疫情的时候，要相信甲型H1N1流感是可控、可防、可治的。要学会科学地规划生活，保持良好的心态，提高身体和心理双重的免疫能力。除了适当的积极防护外，必要时还要及时就医。

甲流原名猪流感，是不是冤枉了猪？



猪流行性感冒简称猪流感，是由甲（A）型流感病毒引起的一种猪急性呼吸器官传染病。其特征为突发咳嗽、呼吸困难、发热、衰竭及迅速康复。除个别猪外，大部分猪都不会死亡。猪流感最早于1918年在美国中北部流行，其症状和病理变化与当时人流行的流感极为相似，一直到20世纪30年代以后，才分离鉴定出来，现在已经查明在世界各地都有发生，影响和危害着畜牧业的发展。而近年来又开始在世界许多地方展示它的威胁。

追溯猪流感的历史，就必须从1976年美国猪流感的发生说起。1976年2月美国新泽西州迪克斯堡新兵

营中发生了一起猪（H1N1）亚型毒株引起的流感暴发事件，开始查明有4人发病，1人死亡。以后证实约有200余人被感染。后经过疫苗注射和各种防治措施的实施未形成蔓延。该次流感的病原学分析表明，猪流感病毒是由猪直接传播人。2005年12月至2009年1月，美国发现过12例人感染猪流感病例，其中11人与猪有过直接接触。因为猪流感病毒通常不在人际间传播，故过去人感染猪流感病毒的病例很少见。

2009年4月墨西哥发生猪流感事件，似乎一夜之间，猪流感席卷美国和墨西哥，并引发整个美洲乃至全球的担忧。短短几天内，墨西哥68人死于流感。其中20人已证实为死于猪流感病毒感染，其他48人也疑似因此死亡。

科学家最初称现在暴发的这种新型流感为猪流感，是因为曾在患者体内检测出猪（H1N1）亚型流感病毒毒株，因此疫病初期人们先称疫情为“人类猪流感”或“猪流感”。后因没有证据证明猪身上有这种新病毒，同时也没有由猪传播给人的证据，而且打喷嚏、咳嗽和物理接触都有可能导致这种新型流感病毒在人群间传播，因此，世界卫生组织宣布从2009年4月30日起，使用“A（H1N1）型流感”来称谓当前疫情，而不再使用“猪流感”一词。有时前面加用

“新”字，或者使用流感病毒规定的全称，即：型别/宿主来源/地点/编号/年代，以示区别。

从病毒分类角度上来看，目前这种新甲型H1N1流感病毒具有病毒杂交特性，属于H1N1三源同配株，研究检测出这种病毒是甲（A）型流感病毒，包含有禽流感、猪流感和人流感3种流感病毒的脱氧核糖核酸基因片断，其中包含有5个属于猪流感的基因片段，1个属于人流感的基因片段和1个属于禽流感的基因片段。而猪流感病毒仅是甲型流感病毒属的一个成员，存在于病猪和带毒猪的呼吸道分泌物中，对热和日光的抵抗力不强，一般消毒药能迅速将其杀死，除感染猪外，也能使人发病。

科学家正在紧锣密鼓研究这一“杂交”病毒的传播能力，并发现治疗普通流感病毒的现有药物对防治这种新甲型H1N1流感病毒同样有效。科学家称，这种新甲型流感病毒可防、可控、可治。因此甲流从实质上讲并非猪流感，但它和猪流感又有着密切的关系。

过去暴发过甲型H1N1流感吗？

流感的流行很早就被人们所认识。在过去的三百

多年中，每隔几十年世界便会遭遇一次流感大流行。据世界卫生组织的报告，每年平均有1/10的成人和1/3的儿童感染流感。

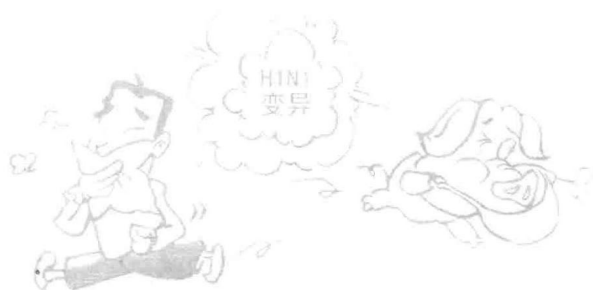
而追溯H1N1的起源，要从1918年席卷全球的西班牙流感说起，这次流感的暴发，约夺走了2 000万~5 000万人的生命，而且死亡的大多数是青壮年，其死亡人数甚至超过了第一次世界大战的战死者。由于这次大的流行发生在1918~1919年，所以有时也称为“1918年流感”。1977年5月季节性甲1（H1N1）亚型毒株重现于我国辽宁地区，因苏联首先向世界卫生组织报告了H1N1亚型毒株的重现，所以这次流感有时也被称为“苏联流感”。而后的1990年在我国的猪群中首次分离到了猪（H1N1）型流感病毒。2004年，《自然》杂志报道，美国科学家从阿拉斯加冻土地带，挖掘到死于1918年流感病毒尸体的肺组织。经过基因分析，确定了当时流感病毒8个基因组。首次在非常严密的P4级实验室中重新构建出引发1918年大流感的病毒，震惊了全世界。因此，我们可以看出，H1N1过去就有，但是致病力相互有别。并非是一种新的人类前所未知的病毒。

上面说过1918年流感的暴发就比现在严重得多，但后续几次都没有这次严重，原因在于病毒的变异与

重组差异使得每次暴发的病毒毒力是不同的，并非每次病毒流行都可以致使大规模的人群易感。加之每次流感的暴发可以使一部分人获得免疫，故不是每次新的流感病毒出现，其流行规模和表现程度都完全一样。

H1N1会变异得更恐怖吗？

“挪威、香港出现甲流病毒变异病例”，“美国、英国发现抗‘达菲’甲流患者”，“内地曾出现甲流变种病毒感染病例”……近期，各类媒体上相继出现有关甲流病毒变异的新闻，不知您看到这些消息有何感想？下面就说说流感病毒的变异问题。



甲型流感病毒除感染人外，还可感染猪、马、海洋哺乳动物和禽类。感染禽类较多的甲型流感病毒称为禽流感病毒，由H5和H7亚型毒株（以H5N1和H7N7为代表）所引起的禽类疾病称为高致病性禽流感（Highly Pathogenic Avian Influenza, HPAI），在禽类中发病率和死亡率都很高，危害极大。由于人类对此类新变异的流感病毒亚型没有免疫力，因此有时此类禽流感病毒也可以感染人类，造成死亡，如1997年在香港发生的禽流感H5N1就造成12人发病，6人死亡的严重后果。以后陆续在东南亚、欧洲、美洲等地发现，从而威胁到全球民众健康。现已成为全世界关注的热点。据世界卫生组织统计，从2003年11月到2006年9月14日，全球人感染H5N1禽流感累计有246人，死亡144人，病死率为56%，而我国有21人感染，14人死亡。虽然它们所致死亡率很高，但是它们传播给人的能力较低，在对周围的家禽处理以后，对于居民威胁并不是太大。

一般来说，流感病毒有两种变异方式。一种是“抗原漂移”。随着时间的流逝，病毒会有持续性的小变化。抗原漂移产生的新病毒株不会被机体免疫系统识别。这个过程作用机制为：人们感染一种特定的流感病毒株后会对该病毒产生抗体。随着新的病毒株

出现，针对旧病毒株的抗体不会识别新的病毒，这时就会发生再感染。这是为什么人们会多次发生流感病毒感染的主要原因之一。多数时间里，流感疫苗会针对三种流感病毒株中的一种或者两种病毒株升级更换，以便适应流行的流感病毒的改变。因此人们若想获得流感被动免疫，需要每年接种新出现的流感病毒疫苗。

另一种变异方式叫做“抗原转换”。抗原转换是流感病毒A的一种突然、重大的变化，导致感染人类的流感病毒出现新的血凝素和神经酰胺酶蛋白。抗原转换会产生新的流感病毒A亚类。当发生转换时，多数人对新病毒没有或只有轻度抵抗力。

随着甲型H1N1流感波及范围的不断扩大，世界卫生组织2009年6月11日在日内瓦宣布将全球流感流行的警告级别由5级提升至6级。根据世界卫生组织定义，流感大流行警告级别第6级意味着同一类型流感病毒的人际间持续传播发生在两个或两个以上地区，一场全球性疫情正在发生。

关于疫情的发展趋势，理论上存在各种可能性，但目前谁也说不准形势会如何演变，只能继续密切监控局势发展并采取充分的预防措施。同时，依据现在的情况也不能明确地判断本次新流感今后