

2025·1·19 星期日

新闻热线 15545478968

得过甲流还会二次感染吗?

## 专家:短期一般不会

据新华社电 中国疾控中心监测数据显示,近期流感处于季节性流行期,1月中下旬流感活动水平可能会逐步下降。得过甲型流感后是否还会二次感染?医学专家指出,如果甲流已彻底治愈,短时间内一般不会再次感染。

甲流患者康复后体内会产生针对性抗体,这些抗体能在短期内提供一定程度的保护,所以短时间内一般不会再次感染。”复旦大学附属中山医院感染管理科副科长高晓东表示,但不排除有少数情况,感染甲流后气道黏膜屏障受到损害,抵抗力短期下降,可能再感染乙流、腺病毒或其他呼吸道病原体。

因此,专家建议老年人、慢性病患者等重点人群在甲流治愈后,要注意坚持做好防护,尽量减少前往人群密集、飞沫较多的室内公共场所,外出科学佩戴口罩,做好手卫生及咳嗽礼仪。

春节假期将至,人员流动将大幅上升,聚餐、聚会等活动增多。中国疾控中心传染病所长阚飙说,呼吸道传染病有许多共通的预防措施,做好个人及家庭健康防护,能够降低感染风险。建议公众日常应保持手卫生等良好的卫生习惯;尽量避免接触有呼吸道症状的人员;居所定期清洁通风;去公共场所或前往医院就诊时,患者及陪护人员要戴口罩,避免交叉感染。

流感病程约一周,不建议“预防性”用药。

不少公众关心感染流感后多久可以康复。对此,高晓东介绍,流感是一种自限性疾病,无并发症者一般病程为1周左右,多在发病3至5天后发热逐渐消退,全身症状好转,但咳嗽、体力恢复需要较



医学专家指出

新华社发 朱慧卿 作

## 冬日暖阳

黄崎

冬日暖阳拥抱里,  
枯枝展露新姿,  
藏着深冬的坚韧,  
孕育着春的期许。

红柿枝头摇曳,  
寒风中坚守的印记,  
诉说着春的讯息,  
静候着那一抹新绿。

霜花绽放于窗棂,  
如银沙洒落凡尘,  
清晨的清冷,  
在闪耀中消散。

阳光穿透云层,  
光芒雪地里轻舞,  
柔和,不刺眼,  
暖阳的深情凝视。

鸟儿枝头欢快啼鸣,  
歌声回荡在空中,  
冬日的精灵,  
传递季节的生机。

微风拂过静谧湖面,  
荡起细腻的涟漪,  
自然的低语,  
诉说深冬悠扬乐章。



## 生肖蛇

作者:申士忠

## “三九”警惕“冬病”高发

据新华社电(记者张建新栗雅婷)“三九”是一年中最寒冷的时节,与气温下降关系密切的“冬病”也进入高发期。专家建议应预防心脑血管疾病、呼吸系统疾病,日常注意保暖、多饮水、保证睡眠充足。

天津市第一中心医院全科医学科主任医师王小飞表示,人体呼吸系统、心脑血管系统对气温变化最为敏感,每年1月至2月初,特别是寒潮来袭前后,冠心病、脑梗死等心脑血管疾病以及慢阻肺、哮喘等呼吸系统疾病均处于高发态势,相关病例有所增加,中老年患者占比较高。

王小飞建议,冬季应对心脑血管疾病、呼吸系统疾病提高警惕,日常应注意保暖,保证睡眠充足。北方室内外温差较大,加之天气干燥,

要保证每日饮

水量。

老年人、孕产妇、婴幼儿和患有心脑血管系统或呼吸系统疾病等基础疾病的人群,尽可能减少冷热环境反复交替的刺激,密切关注身体状况,一旦出现不适,应及时就诊。慢性病患者则需坚持服药,积



季锻炼应量力而行、循序渐进,避免过度劳累,注重运动前热身和结束后的放松活动,运动过程中也需注意适度和保暖。

此外,冬季天气寒冷,进行体育锻炼也应格外注意。专家提示,冬

2025.1.19 星期日 甲辰年 十二月二十

主管/主办:黑龙江日报报业集团 出版:生活报社 国内统一连续出版物号:CN 23-0017

总第12654期 今日8版

亚冬会开幕式主题歌推广曲MV发布

## 与王一博携手“点亮亚洲”

机器脑“亮相”  
亚冬会测试赛

02

老牌饭店依旧热门、创意餐厅西餐厅“崭露头角”  
线上预定同比增30%

# 冰城年夜饭预定火爆

19 日	日夜	多云	-9°C 西北风2-3级
20 日	日夜	晴	-8°C 偏东风2-3级
		多云	-18°C 偏东风2-3级
21 日	日夜	多云有阵雪	-8°C 偏北风2-3级
		阴有小雪	-16°C 偏西风2-3级



更亲 更近 更懂你

4 报料热线

本报官微 本报官博  
龙头新闻APP 生活报网