

感染了出现发烧如何处理? 如何判断症状加重需尽快就医?

## 权威专家解答防疫热点问题

当前,新增感染者处于快速增长期,新一波疫情高峰来临,部分人群感染后出现临床症状,包括发热、肌肉关节酸痛、咽喉肿痛等表现。感染了奥密克戎变异株出现发烧如何处理? 如何判断症状加重需尽快就医? 围绕社会热点关切,国务院联防联控机制有关专家作出解答。

### 问:感染了奥密克戎变异株出现发烧如何处理?

答:如果感染新冠病毒后出现发烧、咳嗽、咳痰、咽痛、咽干等症状,可以对症用药,但是无需囤药或大量购买药物。

体温低于38.5摄氏度的时候,可以通过适当多喝水、物理降温等方法缓解。当体温高于38.5摄氏度时,或体温未升至38.5摄氏度,但有明显不适、影响休息时,可使用退热药。

需要注意的是,退热药在使用时,一定注意每日的服药次数、最大服药剂量,尽量避免与复方“感冒药”等含有退热成分的药物联合使用。退热药大多都含有对乙酰氨基酚或布洛芬成分,如果只有发热,其他的症状不明显,可以选择其中一种单一药物即可。

### 问:感染后怎样更好康复?

答:目前奥密克戎变异株病毒致病力下降,大部分新冠病毒感染者都可以居家监测治疗。

感染新冠病毒后,居家监测治疗期间可能出现无力、疼痛、嗅觉味觉减退等功能障碍,大多会随着病情好转而缓解,如持续不缓解需要及时就医进行专业评估及处理。

假如遇到体温超过38摄氏度,伴头痛、全身酸痛等症状,首要任务是休息。此时体能非常有限,很容易疲劳,需要合理安排自己必须完成的日常任务,保证充足的休息时间。例如,若高热期仍需要自己做饭,可以在各种降温措施的有效期即退热时间段内做饭、吃饭,之后马上继续卧床休息。

### 问:居家患者如何判断症状加重需尽快就医?

答:感染者如出现以下情况,应尽快就医:一是出现呼吸困难和气短;二是经过药物治疗后仍发烧超过38.5摄氏度,持续3天以上;三是原有基础病加重,用药也控制不住,或出现心前区疼痛;四是儿童出现嗜睡、呕吐、腹泻、拒食等情况;五是孕产妇出现头痛头晕、心慌气短或者胎动异常等情况。

专家提醒,有呼吸疾病的患者感染后容易给原发基础疾病带来进一步变化,患者可以及时监测血氧饱和度,了解病情是否有变化。

据新华社

## 三类人群如何应对新冠病毒感染

呼吸系统疾病、心血管疾病和肿瘤患者是新冠肺炎的脆弱人群。这三类人群如何应对新冠病毒感染? 国务院联防联控机制组织权威专家——北京协和医院呼吸与危重症医学科副主任徐凯峰、中国医学科学院阜外医院心内科主任医师张健、中国医学科学院肿瘤医院肿瘤内科主任医师王燕进行解答。

### 呼吸系统疾病患者要控制好基础病

“新冠病毒主要累及呼吸道或肺部,所以患呼吸系统疾病的人群容易受到更多伤害,发病可能会更严重。”徐凯峰说,呼吸系统疾病主要有慢阻肺、哮喘、支气管扩张、肺纤维化等疾病。这类患者是新冠病毒感染、流感等疾病的高危人群,要引起高度重视。

徐凯峰表示,呼吸系统疾病控制得不好,感染新冠病毒后,出现重症的风险会增加。“控制好基础病,感染后虽然会对身体产生损伤,但没那么可怕,通过积极治疗,能够康复。”

呼吸系统疾病患者感染后出现什么症状需要及时就医? 徐凯峰说,大部分人感染后,并不需要去医院,在家里好好休息也能康复。感染者要时常关注自己的血压、血氧饱和度和病情变化,如果出现大波动,就要考虑去医院就诊。以血氧为例,正常的氧饱和度应该在95以上,如果低于95,就出现了血氧下降,如果低于90或者血氧饱和度下降超过4,就比较紧急,需要及时送医院救治。

家人或陪护人员也要关注患者的健康状态。徐凯峰说,首先要注意患者呼吸是否比平时更快,是否出现呼吸困难,再结合血氧数据判断。其次,要注意患者的精神状态,如果出现萎靡不振,尤其是高龄老人,要及时送医。

### 心血管疾病患者需坚持服药

“冬春季是心血管病的高发季节,患者容易发生血压升高、心绞痛、心梗、心力衰竭等症状,同时也会因为合并一些感染诱发疾病。”张健说,患者感染新冠病毒、流感病毒等,均有可能诱发或加重心血管病。

张健提醒,心血管疾病患者感染新冠病毒后一定要照旧吃治疗基础疾病的药物,比如心脏病药物、降压药等,不能因为感染新冠病毒而停药。

心血管疾病患者需坚持服药,是否会与服用治疗新冠症状的药物产生冲突? 张健表示,心血管病用药因为需要常年服用,副作用比较小,感染新冠病毒后坚持服用不会对身体产生明显损害。对症治疗新冠病毒的解热镇痛和治疗咳嗽的药物,多与原有的基础药物没有明确的相互作用。对于一些患者需要服用治疗新冠肺炎抗病毒的药物,一方面要根据医嘱服用,另一方面要注意看药物的说明书,了解禁忌症,看是否与基础药物相冲。

张健说,感染后症状比较严重,比如发烧很厉害,原有基础病的症状,如气短、胸痛、心慌等出现加重,要及时送医。这一点年轻心血管疾病患者要特别引起重视。

### 肿瘤患者优先治疗新冠

“肿瘤已经治疗得很稳定的患者,由于处于无肿瘤阶段,感染新冠病毒后的治疗与普通患者没有太大区别。”王燕说,正在罹患肿瘤的患者,感染后容易往重症方向发展。

“患者在抗肿瘤治疗过程中,如果感染了新冠病毒,建议暂停抗肿瘤治疗,如化疗、放疗、免疫治疗等。”王燕说,靶向治疗的副作用相对小一些,对患者的影响相对比较轻,如果是新冠肺炎轻症,可以不用暂停。化疗、放疗、免疫治疗最好暂停一下,因为轻症治疗1至2周就能恢复,不会影响抗肿瘤治疗。

“新冠肺炎重症的肿瘤患者应该以治疗新冠为主。”王燕表示,等患者恢复后,再考虑抗肿瘤治疗。

肿瘤患者也需服用一些药物,是否会与对症治疗新冠的药物冲突? 王燕说,抗肿瘤口服的药物大多数为靶向药和口服的化疗药物,大多数经肝肾代谢,一定要看药物说明书,要注意与治疗新冠的一些抗病毒药物是否有冲突。如果有冲突,要在医生的指导下正确服用。普通的新冠对症药物,比如解热镇痛和治疗咳嗽的药物,不会有冲突。

“肺部肿瘤引发的症状是渐进式的,大多数不会在一两天内突然出现一些症状。”王燕说,如果患者感染新冠病毒后,突然出现咳嗽、气短、缺氧加重,有发生重症的风险,一定要尽快就医。

(申少铁)  
据《人民日报》

