

关于XBB毒株到底该怎么预防

这两天,有关新冠病毒奥密克戎变异株XBB的消息颇受关注。最新消息显示,上海已经监测到新毒株XBB.1.5传入。

目前,网络上关于XBB.1.5的传言甚多,尤其是互联网平台流传一张截屏称,目前我国流行的毒株都是XBB.1.5的小弟弟,XBB.1.5主攻心脑血管,并会引发拉肚子,建议公众准备蒙脱石散、诺氟沙星、补液盐、益生菌等。不少网友向上海辟谣平台留言询问,这一建议可信吗?

不可信!
经核查,该截屏夸大了XBB.1.5的致病性,而且不排除别有用心者借此推销产品。已有多名医生提醒,不要随意服用截屏里所称的蒙脱石散、诺氟沙星等药物。
关于XBB.1.5及相关防治提醒,上海辟谣平台进行了全面梳理。

XBB.1.5是什么?

一言以蔽之,XBB.1.5与目前国内流行的BA.5.2、BF.7相类似,都是奥密克戎变异株的一种亚型。

奥密克戎变异株是目前全球流行的新冠病毒主要变异株,XBB是奥密克戎变异株亚型,于2022年8月在印度首次被发现。XBB可进一步细分为XBB.1、XBB.1.5等子系毒株。

在美国,XBB.1.5已成为头号流行毒株。美国疾病控制与预防中心(CDC)在美东时间2022年12月30日公布的数据显示,12月25日至31日,XBB.1.5预计占美国新冠病例的40.5%,比前一周(21.7%)几乎翻一番。

全球共享流感数据倡议组织(GISA ID)的数据显示,截至2022年12月31日,XBB.1.5已在至少74个国家和地区被发现,其在美国已蔓延至43个州。

国内外机构披露的研究成果均显示,XBB.1.5的传染性很强。

北京大学生物医学前沿创新中心(BI-OPIC)副研究员曹云龙表示,XBB.1.5不仅能像XBB.1一样有效地逃避抗体保护,而且前者具有高度的免疫逃避能力。

约翰霍普金斯大学的病毒学家安迪·佩科斯表示,XBB.1.5与同族的毒株不同,它有一个关键突变F486P,使其具有更高的人体ACE2受体结合亲和力,可以更好地与人类的细胞相结合。这意味着,XBB.1.5的免疫逃避能力更高,更容易感染人体。

对于XBB.1.5在中国的传播趋势,中国疾控中心病毒所所长许文波在2022年12月20日的国务院联防联控机制新闻发布会上有过分析和预判:近三个月以来,一共有130多个奥密克戎的亚分支输入我国,其中9个省检出BQ.1及其亚分支,3个省检出XBB亚分支。BQ.1和XBB在国内尚未形成优势传播,但其传播优势会逐渐增加,与目前的国内主流毒株BA.5.2和BF.7一起,加上其他50多个输入的亚分支,最终可能形成一个共循环。

XBB.1.5是“毒王”?

要注意的是,传染性强并不意味着致病性强,也没有权威机构或研究结果显示,XBB.1.5主攻心脑血管或会引发腹泻。所以,相关截屏中所谓其余毒株是XBB的小弟弟等表述,都是不准确的。

世界卫生组织(WHO)表示,目前的数据并不表明XBB感染的疾病严重程度与其他奥密克戎变异株相比存在实质性差异。

全球共享流感数据倡议组织(GISA ID)称,感染XBB的症状包括呼吸困难、头痛、喉咙痛、鼻塞、全身疼痛、疲劳和发烧等。这些症状与感染奥密克戎其余变异株很类似。

美国疾病控制与预防中心(CDC)新冠病毒毒和其他呼吸道病毒部门主任芭芭拉·马洪认为,目前还没有迹象表明XBB.1.5的症状会更严重,但人们应采取有效方法保护好自己。

拜登政府的首席医学顾问福奇表示,新加坡XBB感染人数大幅增加,但住院人数并未以同样的速度增加。

许文波也表示,目前暂没有发现BQ.1和XBB在国内外引起重症和死亡增加的报道。

“阳康”后,还会感染XBB.1.5吗?

从目前国内外对XBB.1.5的研究成果看,专业机构和学者的观点比较一致:XBB.1.5免疫逃避能力更高,传染性强,但致病性并不比其他毒株更强。

很多“阳康”人士由此关心:如果此前感



染的是BA.5.2、BF.7等毒株,会不会再次感染XBB.1.5毒株?

对于这个问题,医生认为不用太担心。

复旦大学附属华山医院感染科副主任王新宇在接受媒体采访时表示,如果遇到几种不同毒株,再次感染的概率主要取决于两方面:一方面是再次遇到的毒株与BA.5和BF.7有多少重叠,如果比较相近,抗体能够覆盖,那么再次感染的概率不高;但如果病毒一直变异,交叉保护作用降低了,则可能造成感染。另一方面则是看人自身抗体水平。感染后一段时间内人体的抗体水平比较高,不太容易再次感染;但随着时间的延长,抗体水平会逐渐下降,会导致再次感染的可能。

他表示,公众不用太担心。除非病毒发生特别明显的变异、导致致病性增强,否则在绝大多数情况下,只要体内有一定的抗体,即便再次感染,症状相对来说也会更轻,恢复的速度会更快。

北京佑安医院呼吸与感染疾病科主任医师李侗曾在接受媒体采访时也表示,感染BA.5后经过一段时间,保护力水平下降,遇

到免疫逃逸能力强的毒株,再感染的风险会增加。但是,再次感染主要发生在一些免疫力低下的人群中,免疫功能正常人群在短时间内再次感染风险比较小,而且感染后的症状通常比第一次轻微。

不过要提醒的是,不论何种毒株,不论是否“阳康”,都不能忘记必要的预防措施,包括佩戴口罩、勤洗手、勤通风等。

网传推荐药品和产品靠谱吗?

从各方对XBB.1.5的介绍不难发现,网传截屏对XBB.1.5的描述并不准确,存在夸大误导、引发焦虑的嫌疑。相关人士在帖子里看似贴心的推荐更有玄机——不仅出现了药品和商品,还出现了具体的产品品牌。有网友猜测,不能排除撰写并散发该帖子的网民想借此推销相关产品。

对于相关药品和产品的作用,上海辟谣平台整理了权威机构和专业人士的建议和意见,供公众参考——

其一,不能过量服用蒙脱石散,避免便秘。蒙脱石散确实可治疗腹泻,具有收敛作

喝止咳糖浆提神? 谨防药物滥用伤害青少年

18岁的小岩就读于东北某中专院校,在小岩同学中,流行购买一种止咳糖浆。“我有些失眠,买了这个。”小岩说,有的同学没有失眠,也会买来喝。

小岩反映的情况在部分青少年群体中并不鲜见。少数青少年出于非医疗目的,反复大量使用某些依赖性药物,有的甚至将止咳糖浆当作提神饮料,严重威胁自己的身心健康安全。

药物滥用有蔓延趋势

“某些止咳糖浆含有微量的可待因、麻黄碱成分,可刺激中枢神经,起到镇静、镇痛效果,主要用于镇咳,但大量、长期服用容易导致成瘾性和依赖性。”沈阳北部战区总医院临床药学科主任张敬一说,这几年,来医院购买这类药物的年轻人数量呈增长趋势,尤其以高中生、大学生居多。她曾见过一名高三患者,书包里装着10余瓶250毫升的止咳糖浆,一直把糖浆当提神饮料喝。

北京高新医院戒毒治疗科主任徐杰说,2017年科室收治某止咳糖浆成瘾患者50多人,2018年达100多人,2021年突破400人,其中超过三分之二的病例是出于非医疗目的滥用,一年复用率高达89%。2021年,在一起公益诉讼案调查中,浙江省湖州市检察机关在全市范围内追踪到89名滥用某止咳糖浆人员。

“目前,在物质成瘾门诊就诊的病人中,30%~40%有抑郁、焦虑情绪问题,而抑郁、焦虑病人中有50%左右存在物质滥用的情况,包括药物滥用。若抗抑郁药物和某些止咳糖浆混用,可能出现对身体不可逆的伤害,并引发更严重病情。”浙江大学医学院附属精神卫生中心物质依赖科副主任医师孙继军表示,除了止咳、止痛药物,一种原本用于糖尿病治疗的药物,也被部分青少年用作减肥药。

湖北省精神卫生中心、武汉大学人民医

精神卫生中心副主任医师刘浩说,临床上收治的有药物依赖的青少年病人,往往在生活中遭遇困境,如家庭关系不顺、校园及社会关系不健康等,精神上较为沮丧、抑郁、焦虑,故转而依赖药物。另外,青少年群体易彼此效仿,个别人的药物滥用行为,容易扩散开来。

“青少年处于身心成长的关键时期,一旦对部分药物形成依赖,临床上会表现出抑郁、焦躁、出现幻觉等不同方式的精神症状,还会降低青少年食欲、睡眠等方面的基本生理诉求,导致营养不良、发育减缓,身心方面则呈现反应速度降低、记忆力减退、人格改变等问题。”刘浩说,药物滥用导致的急性中毒,甚至可能危及青少年生命。

处方药管理存在漏洞

目前,我国已列管121种麻醉药品、154种精神药品和174种非药用类麻醉药品和精神药品。相关药品被严格监管。不过,部分止咳、止痛类药物目前未列入监管范围,故而青少年群体有条件大量购买。

2021年12月,国家药品监督管理局将某止咳糖浆由非处方药转换为处方药。然而,记者在采访中发现,目前处方药管理仍存在漏洞,有青少年通过线下或网上药店无处方大量购入该药。

小岩说,自己患有慢性肺炎,常需要在网上购买抗生素,一买就是一大箱,每次购买并没有数量上的限制,只需要填写本人的身份证号,登记病史即可。

记者在网络售药平台咨询如何购买100盒某止咳糖浆,客服表示,购买这类药品需要登记,每次下单5盒,连续20次购买即可。记者又来到沈阳市浑南区某药店,指名购买几种处方药时,营业员只要求做登记,并没有问是否持有医院或大夫开的处方。

浙江省精神卫生中心主任医师王鹤秋表示,对于医用品滥用现象的掌握,除依

用,副作用相对较小。但它的颗粒比较难排出体外,如果过量服用,可能会引发便秘。

北京胸科医院消化内科专家何玉琦表示,如果“阳”了后出现腹泻症状,可适当使用蒙脱石散、黄连素、益生菌来改善肠道菌群,但同时要注意补充水分和电解质,预防电解质紊乱的发生。特别是在治疗过程中,要注意合理膳食、维生素、叶酸、微量元素的合理搭配可提高机体免疫力,帮助患者尽快恢复健康。

其二,诺氟沙星可治疗细菌引起的腹泻,但对病毒引发的腹泻没有作用;诺氟沙星会阻碍骨骼成长与发育,未满18岁的未成年人禁止服用。

如果出现腹泻症状,要查明病因再服用药物,切勿随意用药。

其三,补充电解质渠道很多,不需要额外购买电解质水。

电解质指的是体液中的无机盐、蛋白质等以离子形态存在的物质,主要包括钾离子、钠离子、氯离子、钙离子、镁离子等。在发烧的过程中,可能会因为大量出汗和腹泻造成水分和部分电解质流失,严重可导致头晕、乏力等。在这种情况下,适当补充电解质有利于保持患者内环境的稳定。

不过,补充电解质并不一定选择功能饮料,紫菜、菠菜等含钾的食物、淡盐水等,都可以适当补充电解质。发烧时若能正常饮食,那么注意均衡膳食,注意饮水,就无须额外补充电解质;如果整日不进食同时排汗或严重腹泻呕吐,才需要注意补充电解质。

中国农业大学食品学院营养与食品安全系副教授范志红表示,居民在家可以自制补充电解质的饮品,如茶水、椰汁等,番茄汤、白萝卜煮鸡汤等汤羹也可以补充电解质。

其四,合理看待益生菌作用。

腹泻时适量补充益生菌有助于改善肠道菌群,缓解症状。国家药监局建议,在调理肠道菌群紊乱时,常用的益生菌包括双歧杆菌三联活菌、枯草杆菌二联活菌、地衣芽孢杆菌活菌、布拉氏酵母菌散等。

但公众要当心部分商家夸大益生菌的作用,鼓吹利用益生菌防治新冠病毒感染。目前,尚无研究表明益生菌可有效抵抗新冠病毒感染。

本报综合消息

靠执法机关发现外,很大程度上依赖医疗机构的上报数据,但现在不少青少年隐瞒病情,根本不去医院看病,同时,家庭对其心理健康问题的重视程度不够。据此估计,实际的药物滥用情况可能重于医疗机构所掌握的数据。

解决药物滥用,还需“管药”+“化人”

受访专家介绍,目前,我国已经建立了一套覆盖全国的药物滥用监测体系,通过精神专科医院和综合医院等基层“哨点”,关注潜在的新毒品和滥用药物。

北京大学中国药物依赖性研究所常务副所长时杰认为,具有精神活性的医疗用品,从上市起便应加强多层次监管,及时发现滥用情况,同时加强当前普遍利用互联网交易的现状,加强网络监管。

孙继军建议,建立更完善的实时、高效、覆盖线上线下的动态监测和预警系统,全面监测和重点人群监测齐头并进,实时发现掌握新滥用物质及其程度,尽快加以管制。

多位参与青少年药物滥用救治的一线医生和专业人士还呼吁,应当把防治药物滥用的核心放在“人”而不是“药”,扭转青少年陷入精神痛苦却被忽视的困境。

王鹤秋指出,药物依赖治疗的高难度与高成本,让药物滥用“防大于治”成为普遍共识。时杰认为,未来要在一些“成瘾高危人群”陷入难以挽回的“第一口”之前,实现早发现、早干预,这种早期介入需要技术机构牵头,形成联动机制,在公安、司法、卫健等部门间形成合力。

另外,业内人士呼吁提升公众对药物滥用危害的认识,减少非必要需购买和使用。刘浩建议,滥用的药品比毒品范围广,药监部门对如何更好地向青少年开展预防宣传,还需要找到合适的路径及方法。

本报综合消息