



视听

总第 10891 期 国内统一连续出版物号:CN 43-0041  
扫码下载视听 2025年12月21日 星期日 乙巳年十一月初二

深读  
周刊

今日 4 版

# 流感季+ “防御密码”

| 卷首 |

## “拐点”虽至，“防护服”还不能脱

2025年的这个冬天，一场以甲型H3N2为主角的“流感潮”让全国许多家庭的药箱和体温计变得忙碌。孩子们反复发热、老人咳嗽不止、上班族浑身酸痛……这些场景，便是流感季的真实写照。

湖南省疾控中心监测数据显示，医院门诊急中，有流感样症状的患者检测出流感病毒的比例达到60.71%，说明流感确实处于活跃期。

流感并不是普通感冒，症状往往是突发高热、肌肉酸痛，并可能引发肺炎、心肌炎、脑炎等严重并发症。尤其是老年人、儿童等特殊人群面临健康挑战。

中国疾控中心最新监测数据显示，2025年第50周（2025年12月8日至12月14日）北方省份流感病毒检测阳性率延续上一周的下降趋势；南方部分省份流感病毒检测阳性率也出现下降。

中国疾控中心病毒病所研究员王大燕表示：“全国流感活动整体已达到通常所说的‘拐点’，但并不意味着流感高发期已过，且各省份达峰时间会有所不同。”她表示，达到峰值后，下降到较低流行水平一般还需要6至8周时间，下降过程中也有可能出现小幅波动。

“拐点”并不是“安全点”，这只是一个积极的信号。冬至已至，随着新一轮降温，呼吸道的“压力测试”仍在继续。只有建立起以“疫苗接种为基础，日常防护为习惯”的韧性，才是长期应对之策。

“拐点”虽至，“防护服”还不能脱，这份流感季的防御指南值得收藏。

■高煜棋 乔木

现状  
高发季提前  
本季主流毒株是它

趋势  
流感达拐点  
但仍处高流行水平

服务  
防治全攻略  
收好这份实用指南

02-04



扫码看专题

出品:朱定  
策划:周文博 黄娟 高煜棋  
统筹:黄娟 肖德军 曾小舟  
执行:高煜棋  
制图:谢恩祺