

肺炎就是“重感冒”？错！

一边擤鼻涕一边敲键盘，一边裹紧棉被一边刷着手机，即便咳嗽不止，仍安慰自己“不过是感冒，多喝热水就好”。或许，你以为是“小不适”，正是肺炎发出的预警信号。

冬季，呼吸道疾病进入高发期，肺炎正悄然潜伏在我们身边。很多人误以为，肺炎就是“重感冒”，扛扛就过去了；还有人觉得，在家吃点抗生素就行。事实上，二者虽症状有相似之处，本质却相差甚远，若不及时治疗，可能会出现严重后果。

如何科学防治，有效守护呼吸健康？这份肺炎防护指南，为您详解常见的肺炎误区。

误区一：肺炎可以“硬扛”

不少人将肺炎误当作普通感冒“硬扛”，最终延误治疗。其实，这两个疾病大不相同。

普通感冒多由病毒引起，病变集中在上呼吸道（鼻、咽、喉），对正常生活影响较小。肺炎则是病原体（细菌、病毒、真菌等）侵入下呼吸道引发的严重感染，肺泡内充满炎性渗出液会直接影响呼吸功能。其对肺部的损害具有隐匿性，尤其是老年人等高危人群，可能在短时间内从轻症发展为重症。

数据显示，约50%的肺炎患者需要住院治疗，重症者可能出现呼吸衰竭、多器官损伤等危及生命的情况，老人、小孩或有慢性病的人群病死率则更高。可见，肺炎从来不是“扛一扛就能过去”的小病。如果症状持续3天以上没好转，一定要及时就医，做胸片或CT检查，早诊断早治疗。

误区二：不发烧就不是肺炎

出现以下症状，可能是肺炎。

高热难退：体温骤升至38.5℃以上，常伴随畏寒、寒战，服用退烧药后体温易反复，难以彻底控制。

咳嗽加重：以干咳或咳痰为主要表现，痰液可能呈白色、黄绿色，严重时会出现痰中带血丝。

呼吸异常：胸闷、喘不上气是肺部功能受损的关键信号，部分人会出现呼吸频率加快、呼吸费力的情况。

胸痛不适：深呼吸、咳嗽或活动时胸口出现刺痛感，提示肺部病变可能已累及胸膜。

特别需要关注的是老年人或体弱者，他们感染肺炎后，可能不出现典型高热，仅表现为精神萎靡、食欲下降、乏力嗜睡等“非特异性症状”，临床称之为“沉默性肺炎”，更需家人加强观察，避免延误治疗。

误区三：接种过疫苗就不会得肺炎

很多人认为，打了肺炎球菌疫苗就不会得肺炎了。其实，肺炎疫苗并非“万能保险”。

目前常用的肺炎球菌疫苗主要覆盖最常见的肺炎球菌血清型，不能覆盖所有病原体。当然，并不是说肺炎疫苗打了没用，事实上，主动接种肺炎球菌疫苗，能够显著降低肺炎感染风险，儿童、老年人、慢性病患者等高危人群，建议优先完成接种。

此外，确诊肺炎后，这些治疗原则要牢记：

1. 遵医嘱完成全程治疗。严格按照医生指导用药，不可因症状缓解自行停药，否则易导致病情复发或产生耐药性，延长治疗周期。

2. 加强支持治疗。多喝温水帮助稀释痰液，促进排出；饮食以清淡、易消化、富含营养的食物为主，为身体恢复提供充足能量。

3. 密切监测病情变化。居家治疗期间，需重点关注体温、呼吸频率、精神状态等指标，一旦出现症状加重情况，如呼吸困难加剧、持续高热不退，应立即前往医院复诊。

（据《光明日报》）

本版组稿 郑伟元

单纯物理降温仅能短暂降低皮肤温度，
体温超过38.5摄氏度时需及时使用
退热药，避免引发高热惊厥等并发症



冬季是流感高发期。医生提醒，近期流感患儿就诊率明显增高，家长应及早识别流感和重症信号，避开常见防护误区。在流感防控和护理过程中，很多家长存在错误认知，不仅影响效果，还可能加重病情。有家长用物理降温替代退热药。“单纯物理降温仅能短暂降低皮肤温度，体温超过38.5℃时需及时使用退热药，避免引发高热惊厥等并发症。”专家说，应只选一种退热药，不要两种退热药交替吃，也不能超剂量、超频次服用。

新华社发 冯德光 作

拍卖公告

受有关单位委托，我公司定于2025年12月3日10时在周口市中原路南段中原二手车交易市场院内三楼进行公开拍卖。

一、拍卖标的：旧机动车一批（大众汽车牌）。二、标的展示地点：标的物所在地。三、标的展示时间：即日起至2025年12月2日16时。四、报名方式：有意竞买者，请于拍卖会开始前向指定账户缴纳竞买保证金2万元，账户名称：河南奥客信拍卖有限公司，开

户行：中原银行周口开发区支行，账号：10011120020000000180，竞买保证金必须转账，以实际到账为准，未成交者于会后7个工作日内全额无息退还。竞买人凭银行转账单并携带有效身份证件，到周口市中原路南段中原二手车交易市场院内三楼河南省中大拍卖有限公司办理竞买手续。五、报名时间：即日起至2025年12月2日16时。

报名电话：13526209983，联系人：朱女士，监督电话：0394-8394038。

河南奥客信拍卖有限公司
2025年11月25日

遗失声明

●吴现宾不慎将商水县悦榕府项目1-1-101房屋已备案合同丢失1份，合同编号：202403130003，合同金额：997659元，声明作废。

2025年11月25日