



XBB.1.5毒株会引发新一轮感染潮吗

新年伊始,疫情又现新情况,一种名为XBB的奥密克戎新毒株在全世界蔓延开来,科学家称,XBB的“免疫逃逸”能力更强。目前,该毒株已成为美国的头号流行毒株,在全球至少25个国家和地区监测发现,引发公众担忧。XBB会引发新一轮感染潮吗?

美国四成感染由XBB引起

据中国疾病预防控制中心介绍,XBB为新冠病毒奥密克戎BA.2衍生的2个变异株BJ.1和BM.1.1.1的重组毒株,XBB衍生的子分支XBB.1.5相比XBB其他亚分支,其传播优势进一步增强。XBB.1.5自2022年11月以来在美国新冠感染者占比逐渐增加。根据美国每周监测病例显示,XBB.1.5的占比于2022年12月30日已经达到40.5%,可能取代BQ.1.1和BQ.1,成为美国的优势流行毒株。而在一周前,该毒株在美感染比例仅为21.7%,翻倍速度很快。截至2023年1月2日,XBB.1.5已在全球至少25个国家和地区监测发现。

美国约翰斯·霍普金斯大学的病毒学家安德鲁·佩考茨表示,XBB.1.5与同族的毒株不同,它有一个额外的关键突变F486P,可以更好地与人类的细胞相结合。同时,有研究指出,XBB致病力并未明显增强,但由于该毒株突变能更好地与人体细胞受体结合,因此其“免疫逃逸”能力更高。

哥伦比亚大学科学家警告说,奥密克戎XBB亚变体不断增加,可能进一步减弱新冠疫苗的功效,并导致突破性感染激增及再感染。试验表明,在至少接种两剂mRNA疫苗的情况下,突破感染BF.7也无法诱导对XBB.1和XBB.1.5的高水平中和抗体,难以防止再感染。国内外专家预计,XBB.1.5将会在短时间内成为全世界的主要毒株,需要密切关注。

据中国疾病预防控制中心消息,2022年10月至12月,我国通过基因组测序已发现输入XBB病例199例,包括9个亚分支,其中4例为XBB.1.5输入病例。10月-12月共报告发现本土XBB病例16例,全部为XBB.1进化分支,主要集中在10-11月份,12月份仅为1例,暂未监测到XBB.1.5本土病例。

在社交媒体上,“XBB.1.5毒株在美国登顶,大家要囤点蒙脱石散、整肠生、诺氟沙星”的截图在朋友圈疯传,传言称,XBB.1.5会大量传入并“主攻心脑血管和消化系统,可能引发腹泻”,结果让“蒙脱石散”“诺氟沙星胶囊”等常用药迅速脱销,北京等大城市药店纷纷贴出“蒙脱石散断货/无货”公告,止泻、腹泻相关药品均遭抢购,同之前抢购布洛芬等退烧药的情形如出一辙。

短期内二次感染的可能性很低

很多人担心,XBB会掀起新一轮感染高峰。对此,据中国疾病预防控制中心官方回应,我国目前本土流行的绝对优势毒株是BA.5.2和BF.7,个体在感染BA.5.2或BF.7后产生的中和抗体,在短期内(3个月)会维持相对较高的水平,预期对其他奥密克戎变异株分支(包括XBB)有较好的交叉保护作用。我国短期(3个月内),由XBB系列变异株包括XBB.1.5引发大规模流行的可能性极低。

南方医科大学南方医院感染内科副主任、主任医师彭劼表示,尽管国外研究显示,XBB.1.5可能有较强的免疫逃逸能力,可能替代当前的毒株,但XBB目前在我国尚不是优势毒株,因此高峰不会马上到来,短期内还是安全的。

彭劼解释说,XBB要成为主流毒株,需要有如下条件:适应性变强、致病力更弱、传染性更强。但据美国疾控中心发现,虽然美国近一个月XBB系列变异株占比显著增加,但是新冠感染者报告数、住院病例数、死亡病例数并未出现显著增高。全球也并未见任何国家报道XBB.1.5感染者的致病力、住院比例、死亡比例增加的报道,也未见其临床症状与其他奥密克戎亚分支的差异。

何国家报道XBB.1.5感染者的致病力、住院比例、死亡比例增加的报道,也未见其临床症状与其他奥密克戎亚分支的差异。

中国香港大学生物医学学院教授、病毒学专家金冬雁也认为,作为两个奥密克戎亚种“杂交出来的毒株”,和两个亚种“一定都很像”,因此XBB家族“不会超出奥密克戎的其他亚种”。至少目前没有证据显示出致病性增加,美国近几周的新冠住院率相对平稳,没有明显增加。

彭劼介绍,不同代际的毒株不可能同时盛行,只有当一个毒株的传染性超过另外一个毒株,且完全替代它,才能可能成为主流毒株。但无论是同时流行或者单独流行,都存在一定程度的交叉免疫,且相隔时间越近,这种交叉免疫的保护作用就越强,防护效果可以持续3至6个月。目前,没有证据表明,XBB毒株进来后会马上形成“气候”。当然,“阳康”后随着时间延长,保护力水平会逐渐下降,遇到免疫逃逸能力强的毒株,再感染的风险也会增加。

“目前来看,我国‘阳过’‘阳康’比例很高,相当于建立了群体免疫,短时间内抗体滴度高,保护性强。即便是XBB免疫逃逸性强,仍有一定的交叉免疫效果。”在彭劼看来,当前BA.5.2、BF.7加起来,成为占比超过80%的优势毒株,尤其各地感染率已过半,大多数地方民众已步入“阳康”阶段,形成天然的群体免疫屏障,这让新一轮感染高峰来得不会那么快。

彭劼认为,通过人体自然免疫得到的“天然疫苗抗体”,仍会有足够的保护作用。短期内没必要担心二次感染,阳过的人短期内不会再感染XBB。对大多数人而言,如果已经感染了一种奥密克戎亚种,即使再感染其他免疫逃逸性更强的毒株,症状也会比第一次更轻些。且再次感染主要发生在免疫力低下的人群中,倘若近期内打过新冠疫苗的,也会形成比较好的保护,让感染后症状更轻。

无需过度恐慌,更无需跟风囤药

网传“XBB.1.5毒株会攻击肠道”,引发了一波恐慌性“抢药”。中国疾病预防控制中心发文回应,血管紧张素转化酶2(ACE2)作为新冠病毒结合细胞的主要受体,除在肺部表达外,在肠道的含量也较高,新冠病毒各个变异株,包括XBB系列变异株,都会感染肠道黏膜细胞。

彭劼也表示,一直以来,新冠病毒的任何一种变异株都有一定比例的感染者出现腹泻等消化道症状,这是临床公认的,腹泻并不是XBB毒株独有的表现,是否出现肠道临床症状和个体差异有关。目前,并没有证据提示XBB.1.5比其他毒株更容易导致严重的腹泻或胃肠道其他临床表现。因此,无需过度紧张和恐慌,更不要跟风囤药。

彭劼表示,我国要加紧疫苗和相关抗病毒药品的研发,由于境外输入新型病毒株较多,仍需要常规开展病毒株监测,为后续的科学防控提供依据。按照国家、省及市监测方案,对部分入境人员、哨点医院就诊患者、住院病例标本等开展新冠病毒全基因组测序工作,实时掌握病毒株变异趋势,分析变异对病毒特性、免疫逃逸能力等的影响。

彭劼提醒,新冠病毒感染作为一种自限性感染性疾病,它引起的腹泻的治疗目前尚无相关指南,主要对策还是以支持治疗为主,包括补液、抑制胃肠道蠕动等。如果跟风购药、盲目止泻,可能诱发便秘,后果更严重。任何药品都有适应症和禁忌症,应当根据病因、患者病情合理用药。

中国疾病预防控制中心表示,和预防其他奥密克戎亚型病毒感染一样,还是做好自身健康第一责任人。要保持良好的生活方式和坚持日常防护。空旷的户外,可以不戴口罩;密闭环境下,要戴好口罩,勤洗手,保持一米线距离。家庭聚会时,尽量不要人太多,居室多开窗通风,定期消毒。老年人群、慢性病人、免疫力低下人群要积极接种疫苗。不要轻信网络传言、盲目囤积药品,应当遵医嘱,合理用药。

据《环球时报》健康客户端

新冠康复期要注意什么

康复期饮食的3个“保证”

保证能量摄入

每餐都要吃一点主食,慢慢增加量。可以先从易消化的细粮开始,如粥、面条、面片,然后过渡到软一点的米粉、馒头,肠胃好了再增加点粗粮。

保证优质蛋白摄入

蛋白主要来源于牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等动物类食物。

先选择那些容易消化吸收的,如鸡蛋,然后再选择清蒸的鱼虾等。

补充微量元素

保证餐餐都有蔬菜,每天吃水果,有利于补充维生素和钾、钠等微量元素。

康复期仍有咳嗽,多久会好?

新冠病毒感染后的咳嗽症状平均持续2周左右,有的可长达4周。

“阳康”之后咳嗽也会持续一段时间,咳嗽持续并不代表新冠病毒感染在加重。

新冠病毒感染2周后,如咳嗽症状有加重,或超过4周症状尚未缓解,需要到医院就诊。

缓解咳嗽的药物

一般的轻度咳嗽可以不用治疗。

若痰多或痰不易咳出,可服用乙酰半胱氨酸、盐酸氨溴索、桉柠蒎胶囊、羧甲司坦等祛痰药。

如咳嗽以干咳为主,可以服用右美沙芬、复方甲氧那明胶囊、抗组胺药等。

在中医药方面,若伴有咽部疼痛或者咳嗽(尤其干咳为主),没有其它症状表现,可以服用荆防败毒散、银翘散、桑菊饮,以化热生津,润肺止咳,也可以采用刮痧等中医外治法。

饮食疗法

要尽量避开生冷凉的东西。

比如咳嗽,也即咳嗽时少痰或痰偏黄,可以食用川贝、梨汤、百合等食物。

——中国科学院广安门医院呼吸科主任 边永君

可以煮点梨汤喝,最好不要放糖,保持梨的自然甜味就可以。

如果咳嗽痰多,煮梨的时候,可以放几粒川贝,喝汤后可以缓解症状。

如果痰是白色的,不是特别多,吐出来困难的话,可以放几粒花椒,有利于促进呼吸道修复。

——北京中医医院院长 刘清泉

嗅觉味觉下降,试试这样做

每天刷牙两次,确保口腔卫生

进行嗅觉训练,包括每天闻柠檬、玫瑰、丁香等,一天两次,每次20秒。

试着在食物中添加香草和香料,比如柠檬汁和新鲜的香草。

大多数嗅觉味觉下降,会在新冠病毒感染后一个月内恢复。

如持续时间长仍未恢复,建议口腔科、耳鼻喉科门诊就诊评估。