

# 全国老年人口达3.1亿 预期寿命79岁

10月10日,在国新办举行的新闻发布会上,民政部副部长刘振国介绍,截至2024年底,我国60岁及以上老年人口达3.1亿,占总人口的22%;65岁及以上老年人口2.2亿,占15.6%。我国人口预期寿命已提高至79岁,比世界平均水平高5岁。随着人均寿命的延长,我国人口老龄化程度持续加深,老年群体正日益成为推动社会发展的重要力量。

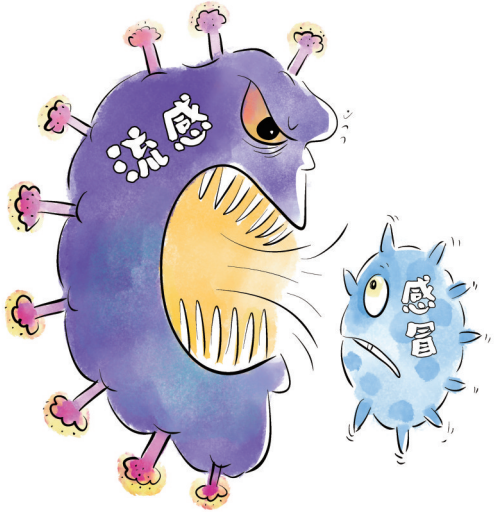
据证券时报



## 流感和普通感冒有何区别?

1

秋季天气逐渐转凉,昼夜温差加大,稍不注意极易被流感“盯上”。清华大学北京清华长庚医院呼吸与危重症医学科主任医师牟向东表示,在日常生活中,很多人常把流感和普通感冒混为一谈,觉得也就是流鼻涕、打喷嚏、咳嗽、发烧,扛一扛就过去了。实际上,流感远比普通感冒凶险。



2

从症状上看,普通感冒通常症状较轻,以鼻塞、流涕、打喷嚏为主,发烧较少,即便有,体温也不会太高,休息几天大多能自行缓解。流感是由流感病毒引发的急性呼吸道传染病,来势汹汹,症状也更为猛烈。感染后,往往会出现高热(体温可迅速飙升至39℃甚至40℃)、头痛欲裂、肌肉酸痛无力、极度疲乏,仿佛全身被“掏空”,咳嗽也多为干咳,可持续数周之久。



据央广网 漫画/杨仕成

3



从传染性看,流感比普通感冒更具有传染性。流感病毒主要通过飞沫传播,当患者咳嗽、打喷嚏或说话时,病毒会随着飞沫排出体外,健康人吸入这些飞沫后,就可能被感染。此外,流感病毒还可通过接触传播,如接触被病毒污染的物品后,再触摸口鼻等部位,也会增加感染风险。在人群密集场所如学校、办公室、商场等,流感病毒更容易传播。

4



牟向东提醒,一旦出现高热持续不退(超过38.5℃且服用退烧药效果不佳)、呼吸急促困难、胸痛胸闷、咳痰带血丝、精神萎靡、意识混乱等流感症状,应及时前往医院发热门诊或呼吸科就医。确诊流感后,医生开具的抗病毒药物,务必严格按照剂量、疗程服用;若是合并细菌感染,抗生素治疗也必须按时按量用。同时,患者要保持良好的心态,积极配合治疗,增强战胜疾病的信心。