

省疾控中心发布温馨提示——

气温骤降,谨防传染病

11月8日立冬,湖南省疾控中心发布温馨提示:未来几天全省将迎来大幅度降温天气,民众应重点关注新冠病毒感染、流行性感冒、肺炎支原体感染、诺如病毒感染以及水痘等易感易发的传染性疾病。

大多传染病为呼吸道传染病,气温降低后,人们户外活动减少,活动范围多集中在室内,为了保持室内的温暖,开窗通风时间一般较少,室内外的空气很难交换,在空气相对静止的室内,带有病菌、病毒的飞沫在空气中飘浮,人在屋子里待的时间长,客观上为呼吸道传染病的传播提供了有利条件。

呼吸道传染病主要有三种传播方式:第一是飞沫传播,患者通过咳嗽或者打喷嚏,喷出带有病菌的飞沫,通过飞沫进行传播;第二是空气传播,患者产生的飞沫核在空

气中可长期存在,通过空气传播病原;第三是接触传播,患者排出了病原,污染桌面或学校的儿童玩具以后,健康人接触这些污染的物品也会被感染。

不同病原种类引起的人体感染症状临床严重程度差别比较大,有些传染性感染症状很轻,且呈自限性,不用特殊的治疗,依靠人体自身的抵抗力、免疫力也能康复。部分病原会引起上呼吸道感染,如咽部、鼻部一些轻微症状,像咽痛、鼻涕等。有些病原会引起比较重的症状,如上呼吸道感染、肺炎、支气管炎等。尤其是对于某些特殊人群,像老年人、婴幼儿、孕产妇,还有患有慢性疾病的人群来说,感染呼吸道传染病以后危害相对较大,容易引发肺炎和心肌炎等疾病,所以需要引起特别的重视。

新冠病毒感染

新冠病毒感染是由新冠病毒引起的急性呼吸道传染病,潜伏期多为2~4天,主要表现为咽干、咽痛、咳嗽、发热等(多为中低热,部分可为高热);部分可伴肌肉酸痛、嗅觉味觉减退或丧失、鼻塞、流涕、腹泻、结膜炎等;少数患者病情持续发展,出现肺炎表现。当前,新冠病毒感染疫情处于较低水平,XBB变异株及其分支已成为绝对优势毒株,但随着冬季气温逐渐降低,呼吸道疾病进入高发季节,应注意做好个人防护。

防护措施

1. 保持良好生活习惯,科学锻炼身体,保持健康饮食,提高机体免疫力。
2. 做好日常防护,科学佩戴口罩,勤洗手,注意咳嗽礼仪,居家和工作场所定时开窗通风,做好居室日常卫生。
3. 减少人员聚集,尽量避免到人群密集和通风不良的公共场所。
4. 60岁及以上老年人、患有较严重基础疾病人群、免疫功能低下人群、感染高风险人群优先推荐接种含有XBB变异株抗原成分的疫苗。

流行性感冒

流行性感冒是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,感染后主要症状为发热、头痛、肌肉和全身不适,可伴有畏寒、寒战、乏力、全身肌肉酸痛等。孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等高危人群感染流感后危害更为严重。流感病毒分为甲、乙、丙、丁四型,其中甲型和乙型是感染人类的主要类型,而甲型流感病毒还可能引发全球性的流感大流行。

防护措施

1. 所有≥6月龄且无接种禁忌的人都建议接种流感疫苗。
- 优先推荐以下重点和高危人群及时接种:①医务人员;②60岁及以上的老年人;③慢性病患者;④养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工;⑤孕妇;⑥6月龄以下婴幼儿的家庭成员和看护人员;⑦其他重点场所(如托幼机构、中小学校、监禁场所等)人群。
2. 保持良好的生活习惯,合理膳食,加强营养,增强自身免疫力。
3. 养成良好的个人卫生习惯,咳嗽或打喷嚏时,用纸巾遮住口鼻,减少病毒传播。

4. 出现流感样症状时,应注意多休息、多喝水;如病情加重及时前往医院就诊。

水痘

水痘多见于儿童,得了水痘开始时可能会出现发热、不适、厌食等前驱症状,特征为成批出现周身性红色斑丘疹、疱疹、痂疹,常伴有瘙痒,皮疹一般持续一周左右痂皮脱落。主要通过呼吸道飞沫传播或直接接触感染,容易在托幼机构或学校等集体单位发生暴发。

防护措施

1. 幼托机构应做好日常通风消毒,加强晨、午检,及时发现和隔离病人。水痘患儿应避免外出,以免传染给其他人。隔离期为水痘疱疹全部干燥结痂,或不少于发病后一周。
2. 经常开窗通风,保持室内空气新鲜。
3. 注意个人卫生,勤洗手,避免与急性期水痘病人接触。
4. 接种水痘疫苗是目前预防水痘最有效的措施。

诺如病毒感染

诺如病毒是导致急性胃肠炎的最常见的病原体之一,人们常把它称为“冬季呕吐病”,主要症状有腹痛、腹泻、发热和畏寒等。诺如病毒具有明显的季节性,每年的10月至次年3月为其感染高发季节。它不仅在成人中引起感染,也在儿童中引起感染,尤其是在学校和托幼机构等人群聚集场所,容易造成暴发流行。诺如病毒可以通过摄入被病毒污染的水和食物进行传播,也可经接触病人的排泄物和呕吐物,以及受污染的手、物品,甚至是患者排泄物或呕吐物产生的气溶胶等方式传播。

防护措施

1. 使用肥皂或洗手液并用流动水洗手,防止“病从口入”。勤换、勤洗、勤晒衣服和被褥。
2. 不吃腐败变质的食物,喝开水不喝生水,不吃生冷不洁食物,生熟食品要分开。
3. 及时清理患者呕吐物及排泄物,并做好环境消毒。
4. 各类学校等集体单位一旦发现胃肠道症状病例异常增多时,应及时将患者送到医院诊治并报告当地卫生相

关部门。

手足口病

手足口病主要由肠道病毒71型(EV71)和柯萨奇病毒A16型(Cox A16)感染所致,多发生于5岁以下儿童,但中学生也有人发病。主要症状表现为手、足、口腔等部位的斑丘疹、疱疹,少数重症病例可出现脑膜炎、脑炎、脑脊髓炎、肺水肿、循环障碍等。大多数手足口病患者的主要症状是发热,以及手、足、口、臀等部位起疹子。有些人还可能伴有食欲不振、咳嗽、流涕等症状。

该病主要是通过接触被病毒污染的物品进行传播,也可通过飞沫传播。此外,有些儿童还可能因为饮用或食用被病毒污染的水和食物而感染。

防护措施

1. 在疾病高发的季节,尽量别带孩子去人群密集、空气流通不好的地方玩耍,减少被感染的机会。在发现小朋友感染手足口病后,应及时就诊;
2. 患儿应尽量减少不必要的外出,最好是在体温正常、疱疹消退后再隔离一周再出门,需牢记这15个字:勤洗手、吃熟食、喝开水、勤通风、晒太阳;
3. 接种EV71疫苗(肠道病毒71型灭活疫苗),可预防手足口病。接种EV71疫苗的适宜年龄是6月龄至5岁,建议低龄儿童尽量在12月龄前完成2剂次接种程序(两次接种,间隔1个月),以便尽早发挥疫苗的保护作用。

流行性腮腺炎

流行性腮腺炎,又称“腮腺炎”,是由腮腺炎病毒所引起儿童和青少年常见的呼吸道传染病。起病较急,有发热、寒战、头痛、咽痛、食欲不振、恶心、呕吐、全身疼痛等,数小时至1~2天后,腮腺即显著肿大。每年3月至7月、10月至次年1月为流行性腮腺炎高发时间。

防护措施

1. 流行高峰期应避免去人群密集场所,如出现相关症状应及时就医,并减少接触他人。
2. 合理睡眠,充足休息,科学饮食,加强锻炼,增强自身免疫力。
3. 接种疫苗是预防流行性腮腺炎最有效的方法。

据“湖南疾控”微信公众号

延伸阅读

肺炎支原体来势汹汹,如何应对?

近期,多地医院接诊儿童肺炎支原体感染病例增多。来势汹汹的肺炎支原体到底是啥来头?防治需要注意哪些问题?如何进一步做好应对举措?

什么是肺炎支原体?

支原体,既不属于细菌,也不属于病毒,是自然界中常见的病原体。肺炎支原体就是其中一种支原体,主要通过飞沫、直接接触传播。75%酒精和含氯消毒剂(如84消毒液)均可以杀灭肺炎支原体。支原体肺炎就是由肺炎支原体引起的急性肺部感染性疾病,可累及支气管、细支气管、肺泡和肺间质,多见于5岁以上儿童和青少年。成人也会“中招”,所以照顾被感染的娃儿时,要做好个人防护。

判断肺炎支原体感染的常用方法有:血清抗体检测、咽拭子、鼻咽拭子支原体核酸检测等,医生会根据患儿的病史、症状、体征结合相关常规化验来综合判断是否感染了肺炎支原体。

肺炎支原体≠支原体肺炎

感染肺炎支原体后不一定会引起肺炎,只有肺炎支原体侵入我们人类的下呼吸道,才可能出现支原体肺炎。儿童支原体肺炎的典型症状是发热、咳嗽(可伴有头痛、流涕、咽痛等)。一般咳嗽比较剧烈且具有一定特点,初期是阵发性、刺激性干咳,随着病情进展会出现咳嗽咳痰,部分症状严重的孩子会出现高热不退、喘息、呼吸困难、发绀等表现,应高度警惕,尽快就医。

感染后会引发“白肺”吗?

感染支原体肺炎可能会带来黏液栓堵住支气管,进而引发“肺不张”,即肺的含气量减少,造成影像学上的“白肺”。但这跟新冠引发的双肺弥漫性病变“白肺”是两个概念。通过拍背排痰、药物祛痰、支气管镜治疗等手段,患儿可以在较短时间内恢复,基本不会引发生命危险,不必过分焦虑。但要提醒的是,如果家长发现孩子出现以下情况中的任何一项,都需高度警惕,及时就医。高热不退,且持续三天未见好转或病情反复;出现阵发性、成串的剧烈咳嗽;出现喘息、气促、呼吸困难、胸痛、咯血等症状;精神萎靡、抽搐、呕吐、影响进食和睡眠。

专家:公众无需过于焦虑

尽管感染人数增加,专家表示公众无需过于焦虑。“与其他细菌性、病毒性肺炎相比,肺炎支原体感染的重症率、病死率普遍较低。一般病程是7至14天,根据病情严重程度与治疗会适度缩短或延长。”广州医科大学附属八医院呼吸内科副主任医师袁伟锋说,“目前医疗资源和医院床位能基本满足住院需求。”

专家介绍,肺炎支原体以5至9岁的学龄儿童最易感,但患儿不局限于这一年龄段。此外,近期成年人感染也有所增多。专家表示,目前医院基本依照国家卫生健康委印发的《儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南(2023年版)》开展治疗,轻症无需住院,可根据症状给予抗感染治疗,同时也可使用一些退热药物、镇咳药或雾化等。

“临床上,我们遇到的长期咳嗽的患儿可能是多种因素叠加导致,所以要根据每个孩子的病情进行综合判断。”吉林大学第一医院小儿呼吸科副主任乔红梅表示,家长要谨遵医嘱,不要盲目给孩子用药,也不要轻信网

路上的各类药物组合。

针对家长普遍关心的后遗症问题,受访专家表示,肺炎支原体感染的危害主要包括炎症问题与细胞破坏两种,相关危害与各种常见肺炎相似。

上海市儿童医院感染科主任张婷介绍,肺炎支原体感染属于急性感染,如果处理及时,绝大多数没有后遗症。不过,黄玉娟也提醒说:“根据临床观察,存在哮喘等基础疾病,或者有原发性免疫缺陷的孩子,感染肺炎支原体后更易出现重症情况。”

家长、学校如何应对?

多位儿科专家表示,当下肺炎支原体的传播力仍然较强,肺炎支原体感染人数目前是否“达峰”还有待相关监测数据进一步研判。但可以预测的是,近期儿童肺炎支原体的流行可能会持续一段时间,且冬季或将出现流感叠加肺炎支原体感染,家长、学校以及医院都要做好应对准备。

上海市儿童医院呼吸科主任董晓艳介绍,在上海市卫生健康委指导下,医院加强了对一线医生的培训。吉林大学第一医院相关负责人表示,目前,院内儿科医护人员全员无休、加班加点为患者提供诊疗服务,同时做好相应预案,必要时会随时增派医护人员。

甘肃省中心医院副院长王卫凯表示,目前还没有能有效预防肺炎支原体感染的疫苗,所以预防肺炎支原体感染,最重要的还是要养成良好的个人卫生习惯。学校、幼儿园等场所也要注意通风消毒,避免出现聚集性感染。

儿科专家还提醒,随着冬季的到来,呼吸道疾病即将进入流行期,如果肺炎支原体与其他病原体,如呼吸道合胞病毒、流感病毒等“碰头”,将给孩子身体带来考验。专家建议,在重视预防肺炎支原体的同时,也要尽可能提前接种流感疫苗。

据新华社



公益广告

预防传染病 保护健康

