|  |
| --- |
|  |



**秋季传染病防治知识**

进入秋季，气温变化比较大，秋季正处于夏季和冬季之间，夏季和冬季的传染病都有可能在秋季发生，所以说秋季也是多种传染病的高发季节。初秋时，气温较高，即“秋老虎”天,一些肠道传染病和虫媒传染病高发，甚至可能爆发流行；到了晚秋，气温逐渐下降，风大干燥，这时是一些呼吸道传染病的高发时节。因此，秋季加强传染病的防治，对维护身体健康具有重要意义。

**一般秋季常见传染病可分为三大类：肠道传染病、呼吸道传染病和虫媒传染病。**
**一、秋季常见的肠道传染病**
  秋季常见的肠道传染病有霍乱、伤寒、副伤寒、痢疾、轮状病毒引起的感染性腹泻等。这类传染病经“粪—口”途径传播，是“吃进去”的传染病，通常是由于细菌或病毒污染了手、饮水餐具或食物等，未经过恰当的处理，吃进去后发病。

（一）秋季肠道传染病的防治措施:
  1、提倡良好的个人和饮食卫生习惯。管好饮食不吃腐败变质的食物；不喝生水、不吃生冷食物；不吃苍蝇叮爬过的食物；不暴饮暴食；实行分餐制，养成餐前便后洗手的良好习惯；生食瓜果蔬菜要洗涤消毒；杜绝生吃水产品。罐头食品出现鼓起，色香味改变的情况，不可食用。不喝生水。
  2、加强个人防护了解肠道传染病的相关知识。充足的睡眠和丰富的营养可增强体力；保持良好的心情有助于预防夏季肠道传染病。适当进食蒜、醋可预防胃肠道传染病。
  3、感染肠道传染病应立即上医院就诊，不要胡乱用药，特别是不能自行使用抗菌素进行不规范治疗。防止耐药性的产生，某些肠道传染病抗生素的不当使用，甚至可导致生命危险。

**二、秋季常见的呼吸道传染病**
  秋季常见的呼吸道传染病有流感、军团菌病、肺结核等。这类传染病经呼吸道传播，是“吸进去”的传染病。细菌或病毒可直接通过空气传播，或通过灰尘中细菌或病毒的飞沫核经呼吸道进入人体后发病。

（一）呼吸道传染病预防措施：
  保持室内经常通风换气，保持空气清新；讲究个人卫生，不随地吐痰，日用品常进行日照消毒和适当处理；有呼吸道传染病流行时，到公共场所应戴口罩，少到人口密集的地方。必要时可进行疫苗的接种：如接种卡介苗预防肺结核，接种流感疫苗预防流感。

**三、秋季常见的虫媒传染病**
  秋季常见的虫媒传染病有乙脑、疟疾、登革热、流行性出血热等。这类传染病是通过一些昆虫媒介，如蚊、螨、虱子、跳蚤等叮咬人体后传播，是“叮咬传播”的传染病，昆虫先叮咬病人，然后再叮咬健康人，同时将细菌或病毒传入健康人的体内导致发病。

（一）虫媒传染病预防措施：
  这种传染病预防的最好措施是防止被蚊子叮咬，大力开展爱国卫生运动，消灭蚊子；注意居室灭蚊；如果不能保证彻底灭蚊，房间内则要有有效的防蚊设施，使用蚊帐。使用驱蚊剂，应每隔数小时重复涂搽；外出时（特别是由黄昏至日出时）穿长袖衣服；对早期发现的病人，应早期诊断、早期隔离，防止病毒传播。若在旅行期间或之后有任何高热或类似感冒病征等病的话，要尽快看医生治疗和接受血液检查，越早诊治越有效。

