**秋季预防传染病小贴士**

由于秋季气温变化比较大，初秋时，气温较高，同时雨水较多，一些肠道传染病和虫媒传染病高发；从晚秋至冬季，气温逐渐下降，天气寒冷、风大干燥，是呼吸道传染病的高发时节。

同时由于人流集中，接触密切，一旦人群中有患者出现，极易通过空气飞沫和密切接触传播，造成疫情扩散，甚至引起局部暴发。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、流行性感冒：

流行性感冒病毒引起的常见急性呼吸道传染病，传播力强，常称地方性流行。主要临床表现为突发高热，头痛，全身酸痛，乏力及呼吸道炎症，咳嗽，咽痛等。婴幼儿和老人并发肺部感染。

预防措施：多饮水，多休息，从从外面回来冲洗鼻子，注意通风以及锻炼身体，食用含维生素的食物。

二、水痘

水痘是一种由水痘带状疱疹病毒所引起的急性传染病。水痘患者多为1-14岁的孩子，在幼儿园和小学最容易发生和流行，虽然水痘属于急性传染病，但通常比较温和，不会引起严重的并发症。

传播途径：水痘主要通过飞沫经呼吸道传染，接触被病毒传染的尘土，衣服用具等也有可能被传染。

主要症状：水痘病毒感染人体后，经过大约2周的潜伏期患者可出现头痛，全身不适，发热，食欲下降等前期症状，继而出现有特征性的红色斑疹。后变为丘疹，再发诈伪水泡，常伴有瘙痒，1-2天后干枯结痂，持续一周左右痂皮脱落。皮疹躯干部最多，头面部次之，四肢较少，手掌，足部更少。

预防措施：

1. 接种水痘疫苗是最有效,最经济的预防措施；

2. 流行期间小孩子不去人多的公共场所；

3. 经常开窗通风等也很重要。

三、秋季腹泻

秋季是肠道传染病(秋季肠泻、肠炎)高发季节，秋季腹泻由轮状病毒引起，传染性强。

预防措施：家长一定要注意家庭的饮食卫生，餐具进行消毒，肠道传染病期间，尽量少带孩子在小摊点吃零食、就餐。

另外，生食瓜果要洗净，孩子要勤洗手，不要吸吮手指。在腹泻流行期间不要接触患儿，不要带孩子到人群聚集的地方。患了病要注意补充水分机及电解