春季传染病预防小知识

这6种儿童常见春季传染病，各位家长请务必警惕！

春暖花开，万物复苏。各种致病菌生长、繁殖加快，加上气候变化无常，早晚温差较大，导致人的抵抗力下降，因此春季是各种传染病的高发季节，加之儿童由于年龄较小，极易被传染。

春季高发的儿童传染病包括：流行性感冒、水痘、麻疹、风疹、流行性腮腺炎、手足口病、诺如病毒等。家长们快来看看防治方法吧！

**流行性感冒**

流行性感冒简称流感，是由季节性流感病毒引起的急性呼吸道传染病。

传播途径：

以空气飞沫直接传播为主。

主要症状：

发热、全身酸痛、咽痛、咳嗽等症状。重症病例可出现肺炎、急性呼吸窘迫综合征、休克等多种并发症，严重者可导致死亡。

防控建议：

1.保持环境清洁和通风，必要时进行消毒；

2.使用流水勤洗手；

3.尽量减少到人群密集场所活动；

4.咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻，咳嗽或打喷嚏后洗手，尽量避免触摸眼睛、鼻或口；

5.接种疫苗，尤其是老年人、儿童、孕妇、慢性病患者和医务人员等流感高危人群。

**水痘**

水痘是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性传染病。

传播途径：

主要经呼吸道飞沫和直接接触水痘疱疹液传播，也可通过被病毒污染的用具传播，如玩具、文具、门把手等。

该病传染性强，人群普遍易感，但多见于儿童，极易在学校内引起聚集发病。

主要症状：

感染水痘病毒后，早期可出现发热、全身不适、乏力、咽痛等前驱症状。

皮疹首先出现在头部和躯干，逐渐波及四肢，初为红色斑疹、后变为丘疹并发展为疱疹。

疱疹后1-2天，疱疹从中心开始干枯结痂，周围皮肤红晕消失，再经数日痂皮脱落。

同一部位常可见斑丘疹、水疱、结痂同时存在。如不出现并发症，可在2周左右自愈。

青少年和成人患水痘后出现重症水痘和并发症的风险高于儿童。

防控建议：

1.接种水痘疫苗是最有效的预防措施。部分省市目前推荐适龄儿童按程序接种两剂水痘疫苗：满18月龄接种第1剂，满4岁接种第2剂。超过4岁但既往仅接种过1剂疫苗的儿童，建议补种第2剂疫苗；

2.既往未患过水痘、未曾接种过疫苗的青少年和成人，如面临水痘病毒感染风险，也建议接种水痘疫苗；

3.发现自己或孩子出现发烧、出疹等不适症状时，应考虑去医院就诊明确诊断，就诊时请佩戴口罩。如确诊为水痘，应居家隔离治疗，防止传染他人；

4.隔离期直至水痘疱疹全部结痂为止。

**麻疹**

麻疹是由麻疹病毒引起的急性呼吸道传染病，每年3～5月是麻疹的季节性发病高峰。

麻疹是传染性最强的传染病之一，属于我国法定报告的乙类传染病。

传播途径：

麻疹病人是唯一的传染源，病毒可经飞沫传播或直接接触感染者的鼻咽分泌物传播，人群普遍易感。

在人员拥挤、空气不流通的学习及生活场所更容易实现传播。

主要症状：

主要症状有发热、红色斑丘疹，并伴有咳嗽、流涕、流泪、畏光、咽痛、全身乏力等症状，个别病例还会伴有严重的并发症如肺炎。

防控建议：

1.增强自我防护，注意佩戴口罩，并尽量减少到人多拥挤、空气流通不畅的公共场所；

2.如果出现发烧、出疹、咳嗽等症状，应到医院诊治，就诊时请佩戴口罩，如果被医院诊断为麻疹，应根据医嘱做好治疗和隔离；

3.接种麻疹疫苗是最有效的预防措施。及时接种疫苗是保护儿童健康的关键，因此家长在当地疫情条件允许的情况下，与接种门诊电话沟通预约时间带孩子接种麻疹疫苗。

**风疹**

风疹是由风疹病毒引起的呼吸道传染疾病，春季高发，人群普遍易感。

传播途径：

传染源为风疹患者，包括隐型感染者（感染病毒后未发病人群），可通过呼吸道传播和密切接触传播，也可通过母婴传播。

主要症状：

感染病毒后，早期出现发热、咳嗽等症状，之后面部首先出现浅红色斑丘疹，迅速遍及全身。

儿童患病时通常病情轻微，孕妇患风疹则可能导致胎儿死亡或者先天性缺陷如先天性心脏病、白内障、耳聋等，即先天性风疹综合征。

防控建议：

1. 未按照程序接种疫苗的适龄儿童应尽早去当地的预防接种门诊接种，既往疫苗接种史不详的成人，也建议接种一剂含风疹成分的疫苗；

2. 未接种过疫苗的儿童、成人尽量少去人员聚集的公共场所，孕妇避免与风疹患者接触；

3.室内经常开窗通风。

流行性腮腺炎

流行性腮腺炎（流腮）是由流腮病毒引起的急性呼吸道传染病，俗称“猴儿包”，以腮腺非化脓性炎症、腮腺区疼痛为临床特征，多发生在儿童和青少年。

传播途径：

主要通过呼吸道飞沫传播，也可通过直接接触感染者的唾液传播。

主要症状：

该病全年均可发病，以冬、春季常见，传染性强、传播速度快，且能引起脑膜炎、睾丸炎、卵巢炎等并发症，严重影响儿童和青少年的健康。

防控建议：

1.接种含腮腺炎成分的疫苗是预防流行性腮腺炎的有效手段；

2.保持良好的个人卫生习惯，勤洗手，室内多通风；均衡饮食，适量运动，避免过度疲劳；

3.避免与流腮病人接触；避免在流腮流行期间去人员拥挤的公共场所；流腮病人外出时佩戴口罩，以免传染给他人。

**手足口病**

手足口病是由肠道病毒引起的传染病。

传播途径：

感染途径包括消化道，呼吸道及接触传播。

主要症状：

潜伏期多为2～10天，平均3～5天。表现为口痛、厌食、低热、手、足、口腔等部位出现小疱疹或小溃疡，多数患儿一周左右自愈，少数患儿可引起心肌炎、肺水肿、无菌性脑膜脑炎等并发症。个别重症患儿病情发展快，导致死亡。

防控建议：

1.手足口病重症或死亡病例多由EV71病毒感染引起，接种EV71 疫苗可以预防EV71病毒引起的重症手足口病，适用于6月龄～5岁的儿童，鼓励在12月龄前完成接种程序，1岁及以上儿童越早接种越好。对于5岁以上儿童和成人，多数已通过自然感染获得免疫，一般不再推荐接种EV71疫苗；

2.接种疫苗是最经济、最有效的预防手段。接种的同时也可在人群中形成免疫屏障，防止疫情进一步扩散；

3.在流行季节和地区，尽量少去拥挤的公共场所，避免和手足口病患儿接触。应养成良好的个人卫生习惯，注意勤开窗通风换气，保持室内空气清新、流通；

4.在手足口病流行期，关注孩子体温变化，时常查看口腔、手及足底等部位是否有皮疹，体温有没有变化，如果出现疑似症状，应带孩子去医院诊治。

**诺如病毒**

人体感染诺如病毒后引起的疾病称为诺如病毒感染性胃肠炎。

传播途径：

诺如病毒通过消化道传播，日常生活接触、水源、食物、气溶胶均可感染，由于诺如病毒颗粒很小，且仅需10-100个病毒就可致病，因此在幼儿园、学校等人群集中的地方很容易引起暴发疫情。

主要症状：

潜伏期多在12~48小时。主要症状为恶心、呕吐、发热、腹痛和腹泻，儿童主要症状为呕吐，症状严重者可出现脱水症状。其发病急、传播速度快、涉及范围广，是引起非细菌型胃肠炎的主要病因。 播途径：

防控建议：

1.养成良好的饮食卫生习惯。不喝生水，饮用开水或选择卫生合格的桶装水，生吃瓜果要洗净擦干，牡蛎等贝类海产品必须加热至熟透后再吃。同时应加强体育锻炼，均衡饮食，提高身体抵抗力。

2.保持良好的手卫生。饭前、便后、加工食物之前要用肥皂和流动水洗手，消毒纸巾和免洗手消毒剂不能代替洗手。

3.避免与患者亲密接触。诺如病毒的传播力较强，提醒孩子，班级内如有同学呕吐时，一定在老师的指导下离开现场，减少感染诺如病毒的可能。

4.患病期间居家隔离。病例需根据病情居家或入院隔离至症状完全消失后3天。患者应使用自己的餐饮用具及生活用品，尽量不与他人密切接触，尤其注意不要制作食物，不要照顾老人和婴幼儿。

5.做好消毒工作。对患者呕吐物或粪便污染的环境和物品需要使用含氯制剂进行消毒（酒精为主要成分的消毒剂效果不佳）。在清理受到呕吐物污染的物品时，应戴塑胶手套和口罩，避免直接接触污染物。患者家庭环境也应加强消毒，避免在家庭内造成传播。

6.患病后不要过于担心。诺如病毒急性胃肠炎目前无特效药物，无疫苗。一般病情轻微，持续时间短，预后良好。患者应充分休息，清淡饮食，如吐泻症状严重，需及时就医治疗。

儿童常见传染病

预防很重要！

家长要及时带小朋友们接种疫苗

并帮助儿童养成

注意日常卫生

勤洗手、多锻炼的好习惯

让我们一起守护小朋友们健康成长~