**春季手足口病预防知识**

**什么是手足口病？**

手足口病是由肠道病毒引起的传染病，引发手足口病的肠道病毒有20多种（型），其中以柯萨奇病毒A16型（Cox A16）和肠道病毒71型（EV 71）最为常见，多发生于5岁以下儿童，表现口痛、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。

**手足口病预防知识：**

**1、**首先要让宝宝严格遵守爱卫生的好习惯，不管是饭前便后、还是外出后都要用肥皂或洗手液等给宝宝洗手，避免接触其他已经患了手足口病的孩子。

**2、**然后要纠正宝宝爱吸吮手指、抠鼻孔、咬食玩具等不卫生的小动作，以免病毒从口中进入到身体中。

**3、**还有就是家长在接触宝宝之前，不管是替宝宝更换尿布、处理粪便后均要洗手，并妥善处理污物。

**4、**每日对玩具、个人卫生用具、餐具等物品进行清洗消毒，奶瓶、奶嘴使用前后应充分清洗，奶嘴、奶瓶、餐具、毛巾等物品用50℃以上的热水浸泡30分钟或者煮沸3分钟，食具也要用煮沸20分钟的方法进行消毒。

**5、**不要让宝宝喝生水、吃生冷食物，在为宝宝烹饪食物的时候，要将食物彻底清洗干净，并加热煮熟，不给孩子食用剩饭剩菜，不要将蛋糕、饼干等食品长时间暴露于空气中。

**6、**手足口病流行期间不宜带宝宝到人群聚集、空气流通差的公共场所，注意保持家庭环境卫生，居室要经常通风，勤晒衣被。如果宝宝出现手足口病相关症状要及时到医疗机构就诊。