



六月防病提示

六月份进入夏季,气温明显上升,又遇梅雨季节,天气潮湿闷热,适宜肠道致病菌繁殖,容易引起夏季传染病和食物中毒,又恰逢中考、高考,高邮市疾控中心提醒广大市民注意预防手足口病、狂犬病、发热伴血小板减少综合征、蚊媒传染病、食源性疾病等。

手足口病(关注指数★★★★☆)

手足口病是由肠道病毒引起的一种常见传染病,多发生于5岁及以下儿童,每年5-7月是高发期,临床表现主要为发热和手、足、口腔等部位皮疹或疱疹。

防控建议:

- 养成良好的个人卫生习惯。饭前便后、外出归来后勤洗手;不喝生水、不吃生冷食物;打喷嚏、咳嗽时注意用纸巾遮掩口鼻,避免脏手接触口、眼、鼻,并及时洗手;此外应培养儿童养成正确的洗手习惯,正确做到“七步洗手法”。
- 注意环境卫生。勤换、勤洗、勤晒衣服和被褥;每天定时开窗通风,保持室内空气清新;奶瓶、奶嘴及孩子常用的餐具应经常清洗消毒。
- 出现症状应及时就诊。家中孩子若出现发热、出疹等异常症状时,家长应及时带孩子到正规医疗机构就诊。
- 及时接种疫苗。

接种疫苗是预防手足口病最有效的措施之一。肠道病毒71型(EV71)灭活疫苗能有效预防EV-71导致的手足口病,减少重症和死亡病例的发生。建议适龄宝宝尽早接种疫苗。

狂犬病(关注指数★★★★☆)

夏天是犬伤的高发期,闷热的天气容易使犬类动物烦躁、冲动,同时夏季人们穿着单薄,容易被犬类咬伤、抓伤。

防控建议:

- 科学管理宠物,饲养宠物的家庭应办理养犬登记证,及时主动给宠物接种疫苗,同时圈养好自己的宠物,不要随意遗弃。
- 在外出遛狗时,应使用犬链、嘴套、犬笼等,以便控

制犬类的活动范围和行为,避免犬伤人事件的发生。

3. 避免接触野生动物和流浪动物,不要挑逗、玩弄猫、狗等动物,不要打扰在进食、睡觉或看护幼崽的狗,不要让动物舔舐皮肤伤口。

4. 被狗、猫等动物咬伤后应尽快到附近的规范犬伤处置门诊处理。

5. 相比之下儿童被咬伤更为危险,被咬的伤口深而严重,部位越靠近头、颈、面、手部越危险,需要特别重视,必须严格冲洗伤口、注射免疫球蛋白和选用更高效的疫苗并按程序接种。

发热伴血小板减少综合征(关注指数★★★★☆)

发热伴血小板减少综合征是一种蜱类(俗称“草吧唧”、“牛吧唧”等)传播的疾病。在感染病毒后,病人急性起病,发热,体温多在38℃以上,重者可达40℃及以上,有时发热可持续10天以上,并会出现头晕、头痛、全身瘀点瘀斑、浑身无力、肌肉酸痛、厌食、呕吐、腹痛、腹胀、腹泻等症状。

防控建议:

- 进入草地、树林尽量穿长袖衣裤,扎紧裤腿塞入鞋袜,衣物最好穿浅色,便于及时发现附着的蜱虫。
- 避免长时间在草地、树林等环境中中坐卧,尽量不穿凉鞋或拖鞋。
- 可在裸露的皮肤及衣物上涂抹含有避蚊胺的驱避剂,注意2岁以下儿童不建议使用。
- 回家后检查身体和衣物,清理可能附着的蜱虫。
- 发现蜱叮咬不要生拉硬拽,可用酒精涂在蜱身上,再用尖头镊子夹牢蜱头慢慢施压把蜱拉出。
- 移除蜱虫后,需用碘酒或酒精做局部消毒处理。
- 蜱虫也会聚集在牛、羊、猫、狗、老鼠的身上,接触这些动物时,也要注意不被动物身上的蜱咬伤。
- 一月内有蜱叮咬史或野外活动史者,一旦出现发热等疑似症状或体征,应当及早就医,并告知医生相关暴露史,避免错过最佳治疗时机。

蚊媒传染病(关注指数★★★★☆)

蚊媒传染病是由病媒蚊子传播的自然疫源性传染病,常见的有流行性乙型脑炎、疟疾、登革热等。其中,登革

热是由登革热病毒引起、经伊蚊传播的急性传染病,流行于全球热带及亚热带地区,主要发生在夏秋季,主要症状为发热、皮疹、头痛、关节痛、肌肉痛等;疟疾是经按蚊叮咬而传播的一种传染病,严重时危及生命。

防控建议:

- 翻盆倒罐,清除积水,水养植物定期换水,消除蚊虫孳生场所。
- 采取有效措施防止蚊虫叮咬,如家中安装纱门纱窗、使用防蚊用品、户外活动时穿着长袖长裤、涂抹驱避剂等。避免在蚊虫出没频繁时段在树荫、草丛、凉亭等户外阴暗处逗留。
- 前往东南亚、南美洲等登革热流行地区返回后,如出现发热、皮疹等症状,应尽量避免外出,防止蚊虫叮咬,并及时到医院就诊,如实告知医生旅行史或居住史。
- 疟疾目前在我国已经得到了有效控制,但是在非洲和东南亚依然肆虐,前往境外疟疾流行地区须准备防蚊物品,使用蚊帐、涂抹驱蚊剂等防止按蚊叮咬是最有效的预防措施,回国后需要关注身体健康状况,一旦出现发热、出汗等症状及时就医,并主动告知医生出境旅行史。

食源性疾病(关注指数★★★★☆)

食源性疾病,是指食用了被污染食物引起的感染性或中毒性疾病,比如食物中毒,其临床表现为发热、腹痛、腹泻、恶心、呕吐、胃肠道症状外,还可表现为神经系统、循环系统等症状,具有突然发生、潜伏期短、呈集体性发病等特征,病情严重者可能造成死亡。

6月份为食源性疾病高发期,主要以细菌性食物中毒为主。预防食物中毒,对于个体来说,要注意食品卫生(不食用有毒的、变质的动植物和被化学物品污染过的食品),低温存放食物,食用前严格消毒与彻底加热。对于幼托、学校、企业的食堂、餐饮业及外卖服务机构,应重视食源采购与加工的卫生,规范食品操作流程。一旦发现食物中毒相关症状的患者,应及时送医院诊治,并如实告知饮食就餐史。

高邮市疾病预防控制中心急传科
2023年5月

学习高邮好人 争做道德模范

