

警惕春季传染病

一、急性呼吸道传染病

冬春季节是急性呼吸道传染病高发季节，呼吸道传染病传播风险增加。

主要预防措施：

1. 保持良好的卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻；勤洗手，尽量避免用手触摸眼、鼻或口；均衡饮食，适量运动，充足休息等。

2. 有发热和呼吸道症状时，及时就医；前往环境密闭、人员密集场所、乘坐公共交通工具或去医院就诊时，应主动科学佩戴口罩。

3. 孕妇、低年龄儿童、老年人、慢性基础性疾病患者等人群，根据疫苗接种的适用条件，积极接种相关疫苗，如流感疫苗、肺炎链球菌疫苗等。

二、流行性感冒

流行性感冒简称流感，是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，一般表现为急性起病，常出现发热、咳嗽、咽痛、流涕、鼻塞、身体疼痛、寒战等症状。孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等高危人群，可因肺炎等并发症或基础疾病加重发展成重症病例。冬季是流感高发季节，通过打喷嚏和咳嗽等飞沫传播，经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触感染。接触被病毒污染的物体表面也可感染。

主要预防措施：

1. 保持良好的卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻；勤洗手，尽量避免用手触摸眼、鼻或口；均衡饮食，适量运动，充足休息等。

2. 流感流行季节，尽量避免接触流感样症状患者，科学佩戴口罩。

3. 接种流感疫苗，可以显著降低感染以及感染后发展成重症的风险。



三、人感染禽流感

人感染禽流感是由禽流感病毒偶然感染人所引起的急性呼吸道传染病，主要症状有发热，伴咳嗽、头痛、肌肉酸痛等症状，重症病例可出现急性呼吸窘迫综合征（ARDS）和多器官功能衰竭。传染源主要为病死禽和携带禽流感病毒的禽类。人主要通过接触感染的禽或其分泌物、排泄物，或接触被病毒污染的环境或物品而感染。

主要预防措施：

1. 避免接触生病或死亡动物，包括野生鸟类，与动物或其环境接触应做好个人防护和手卫生。

2. 保持良好饮食习惯，生熟分开，生肉烹饪熟后食用；不要购买活禽，可购买集中宰杀处理好的冷鲜或冰鲜禽。

3. 接触病死家禽后，若有发热、咳嗽等不适症状，应尽快就诊，并告知医生有无禽类及相关环境接触史，有没有去过活禽市场等。



四、猴痘

猴痘是由猴痘病毒引起的急性传染病，临床表现主要有发热、皮疹、淋巴结肿大等症状，免疫力低下人群治疗不及时可能出现重症。猴痘传播途径以直接接触患者的病变部位分泌物、渗出物为主，常见的接触方式包括性行为、家庭内密切接触、医疗护理接触等。

猴痘病毒有分支 I 和分支 II 两个分支，两个分支又分为 I a、I b 和 II a、II b 亚分支。目前猴痘病毒 II b 亚分支疫情主要涉及男男性行为人群，已在全球范围内得到控制，我国 II b 亚分支疫情也处于较低水平。

猴痘病毒 I b 亚分支疫情主要集中在非洲中部地区，并通过国际旅行输入非洲其他国家及非洲以外地区。近期我国也报告发现境外输入的 I b 亚分支猴痘疫情，已得到有效控制。

主要预防措施：

1. 了解猴痘防控知识，增强自我防护意识，减少高危行为；
2. 避免与猴痘患者或有可疑症状者密切接触，出现疑似症状应及时前往医疗机构就诊；
3. 前往猴痘流行地区，应提前了解目的地猴痘疫情情况，做好个人防护；
4. 遵守国家出入境管理相关规定，配合做好出入境检疫。