

## 【健康热点】 如何预防基孔肯雅热？

**基孔肯雅热**是一种由基孔肯雅病毒引起的急性传染病，主要通过伊蚊（身上有黑白花纹的“花蚊子”）叮咬传播，各年龄段人群均有可能感染发病。有什么症状？如何预防？一图了解。



## 02 传播途径是什么？

伊蚊（白天活跃，偏好干净积水产卵）叮咬感染病毒的人后，病毒在蚊体内复制，数天后进入唾液腺，再次叮咬健康人时完成传播。**各年龄段人群均可能感染发病。**

### 典型症状（潜伏期1-12天，通常3-7天）



- ✓ **急起高热：**体温迅速飙升至 39℃ 甚至 40℃ 以上，持续高烧不退，部分患者热退后可能再次发热（双峰热），整体发热期相对较短。



- ✓ **剧烈关节痛：**呈游走性，多累及手、腕、踝、趾等小关节，也可波及膝、肩等大关节，其中腕关节受压疼痛为典型特点。



- ✓ **皮疹表现：**发病后 2-5 天，80% 患者在躯干、四肢伸展侧、手掌、足底及面部出现斑疹、丘疹或紫癜，部分伴瘙痒。

- ✓ **其他症状：**可伴有头痛、恶心、呕吐、纳差、腹痛等消化道症状，以及畏光、结膜充血或出血、肌肉疼痛、疲劳等。

### 03 和登革热有何区别？

#### ✓ 相同点

均由伊蚊传播，热带亚热带多发，初期均有高热、头痛、肌肉痛；



#### ✗ 不同点

基孔肯雅热发热期较短，关节痛更剧烈且持续久。



### 04 如何预防

目前没有针对基孔肯雅热的特效抗病毒药物，也**无疫苗可预防**，所以**防蚊灭蚊、避免叮咬**是防护的关键。

#### 个人防护：

- ✓ **居家：**安装纱门、纱窗，睡前使用蚊帐；适时用蚊香、灭蚊拍、防蚊灯杀灭成蚊，定期清理卫生死角。



- ✓ **户外：**清晨和傍晚（伊蚊活跃高峰）穿浅色长袖衣裤，裸露皮肤喷涂驱蚊剂；避免在树荫、草丛、凉亭、积水区等蚊虫密集处久留。



## 05 治疗原则

以对症支持治疗为主：



**基础护理：**多饮水、充分休息



**症状缓解：**体温超 38℃ 用扑热息痛（对乙酰氨基酚）退烧；关节痛按程度用止痛药物，**避免使用阿司匹林及非类固醇抗炎药**（可能增加出血风险）。



**就医提示：**出现发热、关节痛、皮疹等症状，**尤其是有境外旅居史者**，立即到正规医院就诊，主动告知旅居史和蚊虫叮咬史，早期干预可缓解不适。

### ⚠️ 特别提醒 ⚠️

夏季蚊虫活跃，防蚊灭蚊不仅能避免瘙痒“红包”，更是阻断基孔肯雅热传播的关键！



了解更多健康资讯及往期推送

请关注烟台市烟台山医院微信订阅号或前往官方网站健康科普专栏



关注医院订阅号  
掌握健康资讯



医院官方网站  
健康科普专栏



烟台市烟台山医院

三级甲等综合医院 三级甲等妇幼保健院