

夏季常见传染病温馨提示

八月仍处于炎热、潮湿的“三伏”天，这种环境不仅为蚊虫搭建了温床，也让各类病菌在暗处悄然滋生。易引发手足口病、虫媒传染病和食源性疾病；同时八月易出现高温酷暑、暴雨洪涝等极端天气。市民保持良好个人卫生习惯，注意防暑降温，预防相关疾病。

一、手足口病

（一）专家提醒：手足口病是由多种肠道病毒引起的一种儿童常见传染病，临床表现为手、足、口腔等部位出现小疱疹或小溃疡。主要通过接触患者鼻咽分泌物、唾液、疱疹液、粪便，以及接触被污染的玩具、餐具等物品传播。

（二）重点人群：多发生于 5 岁以下的婴幼儿，尤其 3 岁以下。

（三）预防措施

1. 接种 EV71 疫苗

接种 EV71 疫苗能预防 EV71 型病毒所引起的手足口病，可减少重症和死亡病例的发生。

2. 养成良好习惯

养成良好的个人卫生习惯，饭前便后、外出后要洗手；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，并及时洗手，避免脏手接触口、眼、鼻；同时应指导儿童养成良好的洗手习惯。

3. 注意环境卫生

家庭常备消毒液，注意室内外的环境卫生，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彻底清洗消毒。

4. 减少外出聚集

尽量少带孩子去拥挤的公共场所，特别是避免与有发热、出疹的儿童接触。

5. 发病及早就诊

一旦出现发热、皮疹（特别是肛周皮疹）或口腔溃疡等，及时到医疗机构就诊，拖延治疗或误诊易使患儿发展成为重症病例，甚至导致死亡。



二、虫媒传染病

（一）专家提醒：虫媒传染病是指由蚊、蜚、螨、虱和蚤类等节肢动物为传播媒介的一类传染病，通过叮咬传播给人类，需要注意的有发热伴、登革热、疟疾、基孔肯雅热等。

（二）重点人群：有国外旅居史的归国人员、野外踏青人员、在田地从事生产生活的居民等。

（三）预防措施

1. 主动就诊筛查

有东南亚、非洲等地区旅居史的归国人员，若入境时已有发热或已确诊登革热、疟疾，请报备海关并及时就医，告知医生旅居史和感染史，并避免外出活动；归国人员返家后，应做好自我健康监测，并做好防蚊、驱蚊工作。

2. 做好防蚊和灭蚊措施

室内安装蚊帐、纱窗等防蚊用具，使用电热蚊香等灭蚊用具以减少蚊虫叮咬，前往户外场所时提前使用驱避剂。清除居住地附近水坑、石穴、污水沟及缸罐积水容器等伊蚊孳生地。

3. 外出前准备

出行前要了解目的地登革热、疟疾等虫媒传染病流行情况，准备长袖长裤、驱蚊液、蚊香等防蚊用品，并选择有空调、蚊帐或纱窗的住宿场所；避免在蚊虫活动的树丛等阴暗处逗留。

三、食源性疾病

（一）专家提醒：食源性疾病是指通过摄食而进入人体的有毒有害物质（包括生物性病原体）等致病因子所造成的疾病，临床上主要有腹痛、腹泻、恶心、呕吐，部分病例可伴有发热、乏力等症状。鱼、虾、蟹、贝类海鲜食品是本市

的地方特色，但如果被副溶血性弧菌、诺如病毒等病原体污染，加上储存、加工不当，很可能引起食源性疾病。

（二）重点人群：婴幼儿、老年人、免疫力低下者，托幼机构、学校、工厂等集体单位人员。

（三）预防措施

1. 饮食安全从手做起

饭前便后以及生熟食物交替处理的过程中尤其要注意手卫生。做好手卫生可以很大程度保证饮食安全。

2. 食品加工卫生清洁

确保用水和食物原材料卫生安全；水果和蔬菜食用前应认真清洗，牡蛎和其他贝类海产品应深度加工后食用；生熟食物要分开加工保存；带有食物残渣的器皿、刀具、砧板需经常清洁消毒。

3. 饮食适度厉行节约

市民的日常饮食，尽量本着吃多少做多少的原则，尽量不剩饭菜；未吃完的剩饭菜一定要在冰箱里冷藏保存，而且最好用保鲜膜包好，以防食物在冰箱内交叉污染。

4. 就餐选择正规商家

市民及游客在外出就餐、订购外卖时，请选择正规的餐饮单位。出现腹痛、腹泻等症状后及时就医。

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