

蚊子叮出的“麻烦”——基孔肯雅热

最近，有一种由蚊子传播的疾病叫基孔肯雅热，进入越来越多人的视野。别看名字挺绕，防范起来没那么难。



一、先搞懂这是啥病，如何传播

是不是只要被蚊子叮了，就会得基孔肯雅热呢？其实并非如此。基孔肯雅热是由病毒引起的，主要靠白纹伊蚊（花蚊子）和埃及伊蚊传播。埃及伊蚊只分布于我国南方的热带局部地区，白纹伊蚊则很常见，白天也爱叮人。

被带病毒的蚊子叮咬后，一般 3~7 天会发病，最典型的症状就是突然发高烧（39℃ 以上）、关节痛（手腕、

脚踝最常见，可能痛到没法走路），还可能伴有皮疹。多数人 2~4 周能好转，但少数人关节痛可能持续数月到数年。

二、防住蚊子，就防住了得病风险

1. 家里：让蚊子“无家可归”

翻盆倒罐，清理家里花盆托盘、地漏里的积水，水生植物经常换水（蚊子幼虫就长在水里），每周给花草换水时洗干净容器，暂时不用的瓶瓶罐罐扣过来。

睡觉挂蚊帐，安装纱窗、纱门，阻止蚊子进屋。

屋里可以用传统蚊香、电热蚊香、杀虫气雾罐（选正规产品），也能用电蚊拍“物理消灭”。

2. 户外：别让蚊子“盯上你”

白天（尤其是上午 6 至 8 时和下午 5 至 7 时）去公园、绿化带等蚊子多的地方，尽量穿长衣长裤，颜色选浅一点的（蚊子爱叮深色）。

裸露的皮肤涂驱蚊液（含避蚊胺、羟哌酯等成分的效果好），注意按照说明涂抹。

小区、工地等公共区域要及时清理积水，比如下水道疏通、废旧轮胎打孔、树洞堵塞（特别易积水）。

三、万一不舒服，及时就医别硬扛

如果最近被蚊子叮过，又出现高烧、关节痛，别自己扛着，赶紧去医院，告诉医生去过哪里、有没有被蚊子叮，方便医生尽早诊断。

特别提醒：

1. 基孔肯雅热不会人传人，只要把蚊子管住了，就能有效预防。

2. 做好“防蚊功课”，既能防这病，也能少被叮得满腿包，一举多得！

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