

防疟疾 防输入 早发现 早诊疗

一、认清疟疾：不是“感冒”

疟疾俗称“打摆子”，是由疟原虫感染引起的急性寄生虫病，主要通过雌性按蚊叮咬传播，少数可经输血或母婴传播。它的症状很容易和感冒混淆，但危害却远胜普通感冒，严重时24小时内即可危及生命。



二、典型症状“三部曲”

感染后潜伏期多为10-15天，部分可长达数月或数年，典型发作呈现周期性。境外输入病例以恶性疟为主，发作常不典型。

寒战期：突发全身发抖、畏寒，哪怕裹紧厚被子也没用；

发热期：体温常可达 39-41℃，伴随头痛、恶心呕吐、全身肌肉酸痛，持续 3-4 小时；

出汗期：大汗淋漓后体温迅速恢复正常，症状暂时缓解，但会极度疲惫，之后上述过程会反复出现。



三、科学防护：筑牢三道“抗疟屏障”

疟疾可防可治，关键在于做好全流程防护。

1. 境外出行前：提前准备，有备无患

出行前务必做好防护咨询，了解目的地的疟疾流行强度，掌握防疟知识和应急处置方法。必要时遵医嘱服用预防药物，同时准备好防护装备——长袖长裤、药物处理蚊帐、合格驱蚊剂等。

2. 旅居期间：防蚊不松，细节到位

蚊虫叮咬是疟疾传播的主要途径，在疫区期间，一定要坚持“防蚊优先”；日常穿戴长袖长裤，减少皮肤暴露，暴露部位及时涂抹驱蚊剂；住宿选择有纱窗、纱门的场所，睡觉时务必使用蚊帐，检查有无破损；避免在黄昏、夜间

等按蚊活跃时段户外活动，远离池塘、稻田等蚊虫孳生区域。

3. 归国返乡后：健康监测，不可忽视

归国后至少 1 个月内，密切关注自身健康状况，如有不适，及时就医并说明旅居史。同时注意：近 1 年有疫区旅居史或病愈未滿 3 年者，禁止献血。

另外，归国后若所处地区仍有蚊虫活动，要继续做好防蚊措施，避免被叮咬后造成继发传播；行李箱等物品回家后要仔细检查，防止蚊虫藏匿。

四、关键提示：早诊早治，是救命关键

一旦出现疑似症状，务必记住“24 小时内及时就医+主动告知旅居史”，能最大程度降低重症和死亡风险！

1. 及时就医：归国后出现发热（无论轻重）、寒战、头痛、肌肉酸痛等不适，立即就诊，不要拖延；

2. 主动说明：就医时必须主动告知医生“境外旅居史、蚊虫叮咬史、同行人员健康状况”，帮助医生快速精准诊断，避免漏诊误诊；

3. 规范治疗：确诊后严格遵循医嘱全程服药，青蒿素类联合疗法是目前主要治疗方案，间日疟、卵形疟患者还需加服伯氨喹防止复发，切勿擅自停药，否则可能导致病情反复或产生耐药性。

五、全民共治：守护“无疟”成果，人人有责

我国消除疟疾的成果，是无数人努力的结果，需要我们共同守护。我们每个人都要主动学习防疟知识，提醒身边的亲友做好防护，发现疑似病例及时提醒就医。

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公众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