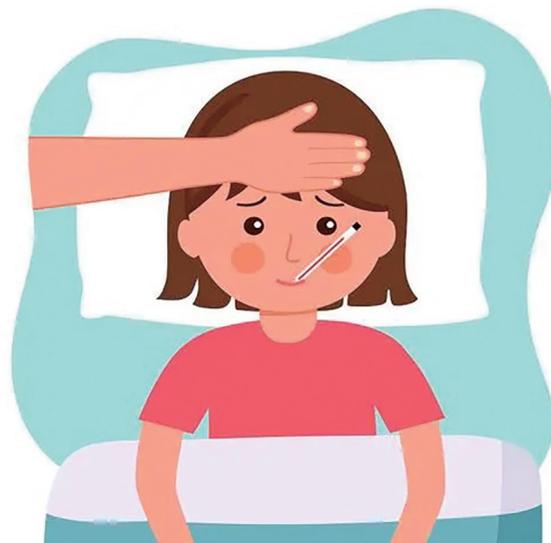


# 深秋，这几种多发病 家长要小心提防



资料图片

记者 王敏

深秋时节，随着气温的下降，这个季节多发的一些传染病已开始活跃起来。其中，手足口病、疱疹性咽峡炎和诺如病毒这三种疾病，因其传染性强、传播速度快，患病人群较多，所以需要特别关注。尤其是对于抵抗力比较弱的儿童来说，更要提防这几种传染病。那么，这些威力比较强的传染病，传染源是什么？家长们要如何预防呢？一起听听银川市妇幼保健院儿科医生张静怎么说。

## 1 手足口病

儿童健康的隐形杀手

### 病例

国庆假期刚结束，5岁的小明（化名）像往常一样去幼儿园上学。然而，小明在上学后的第三天晚上就突然发烧，体温高达38.5℃。起初小明的妈妈以为孩子是玩得太累，有些感冒，但很快她发现在孩子的口腔内颊部、舌头等部位出现了许多小米粒大小的疱疹。后半夜时，孩子的手、足和臀部也出现了类似的小疱疹。焦急的父母立即带小明前往医院就诊，最终被诊断为手足口病。

### 医生说

手足口病是学龄前儿童常见的一种传染性疾病，大多数患者发病时，往往先出现发热症状，手掌心、脚掌心出现斑丘疹和疱疹。口腔黏膜出现疱疹或溃疡，疼痛明显。部分患者还伴有咳嗽、流涕、食欲不振、恶心、呕吐和头痛等症状。

手足口病的主要传染源是已经发病的患者和那些看似健康的隐性感染者。值得注意的是，患者在发病前的潜伏期以及发病后的初期，都具有很强的传染性。而隐性感染者虽然没有明显的症状，但同样能够悄无声息地传播病毒。造成手足口病的主要病原体是肠道病毒，尤其是柯萨奇病毒A16型和肠道病毒71型。

关于手足口病的传播途径，这里有一些科普知识需要大家了解。首先，接触传播是最常见的，比如通过接触患者的粪便、疱疹液、鼻咽分泌物等；其次，呼吸道飞沫传播也不容忽视，当患者咳嗽或打喷嚏时，病毒就会随着飞沫散布到空气中；最后，环境污染也是一个重要的传播途径，病毒能够在玩具、餐具等物品上存活一段时间，从而间接传播给其他人。

### 预防措施

为了有效预防手足口病，建议采取以下措施：首先，要养成勤洗手的习惯，尤其是在饭前便后。其次，尽量避免与患者的密切接触。此外，定期对家中的玩具、餐具等物品进行消毒。最后，对于适龄儿童，可以考虑接种EV-71灭活疫苗，以降低感染手足口病的风险。

## 2 疱疹性咽峡炎

隐藏在咽喉的病毒

### 病例

7岁的晨晨（化名）是位活泼可爱的小姑娘。上周三早晨，晨晨起床后感到喉咙痛，吞咽困难。起初，家人以为她是普通感冒，便没有太在意。然而，随着时间的推移，晨晨的症状越来越严重，甚至出现了高烧。家人发现她的咽喉部有疱疹，急忙带她去医院。经检查，晨晨被确诊为疱疹性咽峡炎。

### 医生说

深秋时节，疱疹性咽峡炎的发病率也随之上升。疱疹性咽峡炎是小儿常见的一种病毒性疾病，一般侵袭1到7岁儿童。它的传染源主要包括发病期间的患者和那些没有明显症状的隐性感染者。导致这种疾病的病原体，主要是柯萨奇病毒A型。发病后，儿童常感到咽痛，吞咽时尤其明显，同时还伴有头痛、腹痛、肌痛；婴幼儿则表现为发热（部分不发热）、拒食、流口水、干呕、烦躁不安、哭闹等症状。张静介绍说，疱疹性咽峡炎初期症状与一般感冒区别不大，家长对此了解也不多，因此容易被当作普通感冒而延误治疗。

疱疹性咽峡炎的传播，主要有以下几种途径。首先，粪口传播是最常见的途径之一，即通过接触患者的粪便或被粪便污染的物品进行传播；其次，呼吸道传播也是一个重要的途径，病毒可以通过患者的呼吸道飞沫传播给他人。最后，直接接触传播也不容忽视，尤其是接触患者咽喉部的疱疹液或唾液，都有可能被感染。

### 预防措施

为了预防疱疹性咽峡炎，医生建议采取以下措施：首先，要勤洗手，保持良好的个人卫生习惯。其次，尽量避免与患者密切接触，尤其是儿童，因为他们更容易被感染。此外，加强室内通风，保持空气新鲜，有助于减少病毒的传播。最后，定期对餐具、玩具等物品进行消毒，以杀灭可能存在的病毒。

## 3 诺如病毒

主要症状是腹泻、呕吐

### 病例

上周日晚上，银川市民李先生和家人聚餐。聚餐期间，他吃了一些没煮熟的生蚝。当天夜里，李先生感到轻微的恶心和腹痛，不久后症状加剧，出现了剧烈的呕吐和腹泻。紧急就医后，李先生被检查出感染了诺如病毒。由于病毒传播速度快，家里其他人陆续也出现了相似症状。

### 医生说

诺如病毒是一种引起非细菌性急性胃肠炎的病毒，一年四季都流行，寒冷季节尤其高发，患者会发生呕吐、腹泻，需要及时补液，以免发生脱水症状。值得注意的是，诺如病毒患者在症状消失后的48小时内仍然具有传染性。其特点是具有较强的环境抵抗力，能够在环境中存活较长时间，这也是它难以防范的原因之一。

关于诺如病毒的传播途径，大家需要特别了解。首先，食物传播是一个重要途径，尤其是食用了被病毒污染的海鲜类食品。其次，饮用被病毒污染的水源也可能导致感染。此外，接触传播也是一个常见的途径，通过接触患者或被患者污染的物品，病毒可以传播给健康人。最后，空气传播也是一个途径，尤其是在患者呕吐时，病毒会随着气溶胶散布到空气中。

### 预防措施

为了有效预防诺如病毒，建议采取以下措施：首先，要勤洗手，注意个人卫生，这是预防病毒传播的最基本手段。其次，确保食物充分煮熟，避免喝生水，不吃生食，以切断食物和水传播的途径。同时，尽量避免与患者的密切接触，尤其是家庭成员之间。最后，加强室内通风，保持环境清洁，有助于减少病毒在空气中的浓度。