

● 热点关注

警惕! 手足口病进入高发期



专家提醒:3岁以下儿童最易中招,洗净双手最关键

- 广东手足口病患者六成均为3岁以下儿童
- 临床表现为发热、咽痛、口腔溃疡、起皮疹或疱疹,有这些症状请及时就医
- 疾控专家呼吁:预防手足口病,洗净双手最关键。
- 家长也要注意个人卫生,以免感染病毒后传染给孩子

2014年5月6日,国家卫生计生委召开手足口病防治工作视频会议。会议指出,当前,全国手足口病疫情已经进入了流行季节,下一个阶段全国手足口病疫情仍将继续维持在较高水平,防控形势严峻。

据中国之声《全国新闻联播》报道,我国多地进入手足口病高发期,医院小患者人满为患,专家预计5月份发病率将达到最高值,提醒家长注意预防。根据广东省疾控中心监测,2014年1月~4月,广东省手足口病的发病情况为:5岁及以下婴幼儿患者占病例总数的94.81%,其中,3~5岁患者超过四成,3岁以下患者近六成。目前广东已进入手足口病高发期,其中广州近期最严重的一周新增4000多例患者。

广东手足口病高发季提前

目前,广东已进入手足口病年度高发季节。据省疾病预防控制中心通报,近期广东手足口病疫情呈明显上升趋势,发病数比去年同期增多,发病高峰比往年提前到来。截至5月6日,暴发疫情均发生在托幼机构。据监测,主要

“作恶”的病毒转变为EV71型肠道病毒,更易致病例发展为重症和死亡。疾控专家呼吁:预防手足口病,洗净双手最关键。

专家提醒,患手足口病的小朋友要居家休息,待全部症状消失一周后再回学校上课,防止将疾病传染给其他孩子。手足口病是儿童常见多发传染病,以5岁及以下儿童最常见。在手足口病高发期,家长要特别留意孩子的身体状况,如果发现小朋友手掌、脚板或口腔等出现疱疹的话,应及时到正规医院就诊;若连续几天发热、精神萎靡不振,则属于重症症状,家长更不能大意,要尽快就医,避免病情恶化而难以救治。虽然目前尚无手足口病的疫苗,但手足口病是可以预防的,关键是洗净双手。勤洗手、勤消毒也很重要。

3岁以下孩子最易中招

从手足口病发病情况看,3岁以下的孩子是重点防护对象,“家长除了要格外注意孩子的卫生外,也要注意自身卫生。如果家长感染了病毒,自身可能不发病,但会把病毒传染给孩子。”

● 八面来风

粤提早进入手足口病高发期 专家称今年重症几率将上升

省疾控中心首席专家何剑峰5月7日介绍,预计今年广东省发生手足口病的重症病人比率有可能会比往年同期的高。截至5月6日的监测情况显示,广东今年的手足口病暴发疫情全部发生在托幼机构。优势病原体由去年的其他肠道病毒转变为EV71型肠道病毒,何剑峰介绍:“EV71型病毒相比其他20多种型别的病毒,更容易导致病例发展为重症和死亡。”

根据省疾病预防控制中心的数据,目前,广东已进入手足口病年度高发季节,而且手足口病疫情在近期呈明显上升趋势,发病数比去年同

期增多,发病高峰更比往年提前到来。何剑峰表示,由于病毒本身有既定的规律,加之气候的影响,预测今年手足口病病例会增加。何剑峰称,平时广东手足口病的高发期都是集中在4月到9月,“因为那时候天气比较热,而今年的夏天来得更早一些。”

虽然今年我省发生手足口病的重症病人的比率有可能会比往年同期高,但何剑峰并不担心今年我省会发生大规模手足口病的重症病例。“手足口病一般不会引起大规模的重症。据过去统计数据,7万多的手足口病例中才出现极个别重症例子。”

● 专家忠告

手足口病来袭 六种情况要注意

今年流行趋势:早、猛、狠

原本5月才是手足口病高峰期,今年提前到了4月。而且比往年发病数量多,重症率升高。据报道,今年广东的手足口病来得早,重症和死亡比例增加了六成。专家提醒,该病的重症病例病情变化快,不及时救治容易死亡。所以,家长要密切留意孩子的脚有没有出现疱疹,如果连续发烧几天,精神萎靡不振,就一定要就医。

据广州市疾病预防控制中心副主任杨智聪介绍,目前广州市手足口病情开始进入高峰期。4月17日,市疾控中心向外公布的累计手足口病例为4000多例,事隔不到一个月,这个数字上升至15000例。“这一个月以来,尤其是最近两个星期,手足口病例像箭头般飙升。”

据国内专家介绍,一般来说,绝大多数手足口病都是轻症,而重症死亡的病例多集中在3岁以内的幼儿,男孩比女孩多,且发病5天内发展迅

速,需要家长及时送医、医院及时辨别对症治疗。除了托幼机构和家庭的日常预防外,专家特别提醒家长,大人也可能携带此病毒传染给抵抗力弱的婴幼儿,因此回家时一定要洗手、换衣再接触孩子,玩具也要消毒,孩子回家后要及时洗手。超市、商场内的儿童游乐场等很多都做不到彻底消毒,在疾病流行期不建议带孩子常去玩要。

提醒:以下6种情况可能是重症早期症状,要迅速就医。

- ◆ 如持续高热,常规退烧效果不好。
- ◆ 出现精神萎靡、呕吐、易惊、肢体抖动、无力、呼吸异常。
- ◆ 冷汗、四肢发凉、皮肤花纹、心率加快。
- ◆ 血糖升高。
- ◆ 排出其他感染的外周血白细胞计数升高。

● 疾病红绿灯

春夏之交,注意传染病预防

■ 要防手足口病,请记住“15字口诀”

■ 注意预防肠道传染病和狂犬病

5月是春夏之交,由于气温上升,湿度增加,手足口病开始进入流行高峰季节。疾控部门日前发布5月份疾病提示,手足口病、肠道传染病需重点预防。

专家提醒,家庭预防是幼儿防病的第一道防线,“洗净手、喝开水、吃熟食、勤通风、晒衣被”15字口诀,是防控手足口病等传染病的要诀,平时应教育儿童养成良好的卫生习惯。

此外,还要注意预防食物中毒和狂犬病,同时别忘“越冬蚊”。

5月份,肠道传染病病原菌生长繁殖开始活跃,要当心食源性疾病,它是食用了被污染的食物引起的感染性或中毒性疾病,比如食物中毒

就是其中一种。临床上表现为发热、腹痛、腹泻、恶心、呕吐、胃肠道症状外,还可表现为神经系统、循环系统等症状。这类疾病往往以集体性发生或中毒形式出现。

专家介绍,防治措施主要是“把好一张口”,预防病从口入。饭前便后要洗手,隔夜食物要热透,生熟食品要分开。生水未煮不要喝,无牌餐饮不光顾,腐烂食品不要吃,暴饮暴食不可取,污染物品不要碰。另外,举办婚庆、聚餐活动或农村地区家庭办酒宴时,应注意食品卫生,规范食品操作,防止生熟不分、交叉污染食品。

春季也是狗的发情期,狗易变得狂躁,加之人们在这个季节穿得越来越少,所以很容易被狗咬伤。疾控专家表示,如果被狗咬伤,应立即挤压伤口、排去带毒液的污血,然后用肥皂水反复冲洗,再用清水洗净。最重要的是及时去就医就诊,注射狂犬病疫苗。

专家表示,目前正是灭“越冬蚊”最佳时期,其有一个明显的特征是腹部干瘪,它们主要躲藏在阴暗、潮湿、避风的场所,如厕所、地下室、楼梯背面、水池下等处。一只越冬蚊可产800多只“蚊二代”,建议居民可用杀虫剂对上述场所进行喷洒。

国内专家如是说。

据了解,大多数手足口病患者症状轻微,以发热和手、足、口腔等部位的皮疹或疱疹为主,个别患儿出现并发症如感染肺炎、肺炎等,个别患儿会危及生命。患儿口腔里面可以看到有红色的小疱疹,在手掌心、臀部有一些小疱疹,它不痛、不痒、不结痂、不留痕迹,病程4~7天,具有中度传染性,通过感染者的鼻、咽分泌物或粪便传染。

此外,专家提醒,手足口病急性起病,部分患者无发热,仅表现为皮疹或疱疹,一旦发现孩子有类似症状,最好去专业医院就诊,以免耽误最佳治疗时间,“5月至7月为手足口病的高发期,家长们要做好防护。”

链接

如何预防手足口病?

加强认识 此病程初期临床表现类似感冒症状,如发热、咽痛、口腔溃疡、起皮疹

等,而口腔溃疡往往会误诊为单纯性的口腔炎。家长如果发现宝宝有这些症状,应及时到医院就诊,以免延误病情。

就地隔离避免接触 发现有手足口病征象的孩子,不要再送托儿所、幼儿园;在家隔离治疗也要同其他孩子分开食宿,用具、玩具也应分开,直到病愈后才可回校,以免传染。

防止病从口入 手足口病是婴幼儿和儿童的一种常见的肠道传染病,传播途径为粪—手—口。所以要防止粪便、口鼻分泌物污染水和食物,彻底处理好孩子的粪尿排泄物,尿布要洗净消毒再用,奶瓶、餐具也要经常消毒,不让孩子喝生水、乱吃东西,也不要到人的地方去。

养成卫生习惯 教育宝宝自幼养成卫生习惯,改掉吮手指的不良习惯,远离垃圾及不清洁环境;养成游戏后、饭前、便后彻底洗手的习惯。

强化环境卫生 对托幼机构的环境及玩具、公共游泳池等必须严格消毒,最好通过卫生防疫部门来指导处理。



预防手足口病,从我做起!

● 育儿学堂

幼儿手心起皮疹 家长莫忽视

手足口病高发期 应以预防为主

近日,幼儿园李老师(化姓)在陪小朋友玩游戏时,突然发现琳琳(化名)的手心处有很多水泡,为孩子量了体温发现轻微发热。由于担心会是手足口病,李老师通知了家长送孩子去医院。经检查后,最终确诊琳琳患上了手足口病。琳琳母亲告诉记者,前几天就发现孩子手心上长了一颗深蓝色水泡,由于孩子不痛也不痒就没当回事,直到李老师打电话告诉她,才意识到问题的严重性。

据专家介绍,目前已进入儿童手足口病的多发期,患儿多为学龄前儿童,主要表现为手心、脚心或臀部有皮疹,口腔内出现疱疹,疹子不像蚊虫叮咬、药物疹和水痘。手足口病在临床上“四不”特征:不痛、不痒、不结痂、不结疤,并伴有发烧、咳嗽、食欲不振、全身无力等症状。严重时还可能引起心肌炎、肺水肿、脑炎等并发症,更有甚者会危及生命。

手足口病是一种常见的由肠道病毒引起的

传染病,主要通过密切接触传染源传播,也可通过空气飞沫、经口或接触被病毒污染的水、食物传播。一般每年4~7月为多发期,患者多为10岁以下的婴幼儿和儿童,一些免疫力低下有密切接触史的成人也有可能感染手足口病。医生表示,引起手足口病的病毒种类有很多,目前还没有可预防的疫苗。同时医生提醒,对于手足口病也不要过分惧怕,只要早发现早治疗,是可防可治的。

一切疾病,预防是关键。预防手足口病需注意家庭成员个人卫生和环境卫生。应注意勤洗手、洗澡,勤换洗衣物,勤晒被褥,不宜吃生冷食物。保证孩子有充足的睡眠,平时多喝水,以提高身体免疫力。一旦发现孩子出现发烧、皮疹等症状时,应及时去医院就诊。此外,当孩子被诊断为手足口病后应暂停去学校,避免传染给他人和防止再感染其他疾病。

● 万家灯火

盘点:“五一”小长假常见病

免搔抓,防止继发感染。

太干游玩消耗体能,嗓子干痛上火

从4月30日晚上开始,小孟(化名)就进入了放假的节奏,通宵K歌、打牌、吃烧烤,这不,5月2日,小孟就觉得身体不对劲,不但嗓子疼、发热出汗,食欲也变得很差,即使觉得很困,也烦躁失眠。去医院检查后才发现,自己是因为玩得太多“嗨”上火了。

医生解释说,近日天气回暖,长假在外游玩,正常生活规律被打乱,饮食不合理,抵抗力容易下降。游玩时消耗了大量体能,人体内的水分容易通过出汗、呼吸而大量丢失,导致生理机能失调,加上天气变化反复无常,人体新陈代谢的平衡和稳定容易遭到破坏,此时人容易上火。

专家提醒市民,预防上火要保持轻松愉悦的心情,避免精神过度刺激。“即使是在假日,也要保证规律的生活,劳逸结合。”专家建议市民多吃

● 健康视角

手足口病高发 少带孩子去闹区

5月份是手足口病高发季节。连日来,一些学校、幼儿园相继出现儿童手足口病病例。专家提醒,家长应注意在手足口病流行期间,不宜带孩子去人群聚集、空气流通差的公共场所。

学校、家庭和托幼机构要加强小朋友的健康教育,做到常开窗,保持室内空气清新,让小朋友勤洗手,勤洗澡,勤换洗衣物,定期清洗玩具,勤晾晒被褥,不宜吃生冷食物,对玩具、个人卫生用具、餐具、门把手、楼梯扶手、桌面等物品要定期清洗消毒,患病小朋友用的物品要立即进行消毒处理,衣物、床上用品要放在阳光下暴晒。

儿童出现手足口病相关症状后家长要及时带患儿到正规医疗机构就诊并如实向学校、幼儿园报告,做好隔离,并及时向卫生和教育部门报告,必要时可停课,以防疫情蔓延。

● 专家解惑

预防手足口病卫生是关键

□ 张庆怀

随着气温升高,手足口病逐渐进入高发期。手足口病是一种常见的儿童传染病,并不可怕,家长不必惊慌。只要早发现、早治疗,是完全可防可治的。而做好儿童个人、家庭卫生是预防该病的关键。

传染性强、传播快,易造成暴发流行

手足口病是肠道病毒引起的一种常见传染病,多发生于5岁以下的婴幼儿。潜伏期一般为2~7天,其初期症状与感冒非常类似,有发热、咳嗽、流涕、食欲不振、恶心、呕吐、头疼等症状。1~2天在手、足、口腔、咽、软腭等部位出现米粒大小水泡、皮疹,亦可见于臀部及肛门附近。也有的患儿不发热,仅以皮疹为主要表现,个别儿童可伴发无菌性脑膜炎、脑炎、心肌炎等。全病程约5~10天,多数可自愈,预后良好。

手足口病传播方式主要是密切接触传染源,也可通过空气飞沫,或经口或接触被病毒污染的水、食物传播。手足口病四季均可发病,一般3月份逐渐增多,5~6月可达到高峰,该病具有传染性强、传播快的特点,极易造成暴发流行。

轻症患儿不必住院,可居家治疗

感染手足口病的轻症患儿一般不需住院,宜居家治疗、休息。

患儿饮食以牛奶、豆浆、米汤、蛋花汤等流质食物为主,要少食多餐,不凉、不咸、不酸,以减少进食时患儿的口腔疼痛;注意不要让患儿接触其他儿童;孩子的唾液、痰液等分泌物要用卫生纸包好丢到垃圾箱,孩子的粪便要收集好,消毒后丢入厕所,不要随意丢弃,同时要消毒便盆;家长接触孩子前,替换尿布后或处理孩子粪便后都要洗手;生病孩子的衣服、玩具、餐具、毛巾以及玩具等日常用具要消毒;室内注意开窗通风,保持空气清新;孩子身上的水泡不要挑破,以防感染。

注意卫生是预防的关键

可引起手足口病的病毒种类较多,目前还没有可以预防手足口病的疫苗,主要的预防措施就是教育公众认识手足口病,讲究卫生,加强管理。

预防手足口病的关键是注意环境卫生,讲究个人卫生。饭前便后、外出回家要用肥皂或洗手液给儿童洗手,不要喝生水,不吃冷的食物;居室要经常通风,晒晒衣被,保证孩子有充足的睡眠,平时要多饮水,以提高身体的抵抗力;在流行期间,家长要少带孩子去人多的公共场所,减少被感染机会;流行期间每天晨起检查孩子皮肤(主要是手心、脚心)和口腔有没有异常,注意孩子体温的变化,如果孩子出现发热、皮疹等症状,要及时就诊。

(作者单位:解放军总医院第一附属医院)

