

## ◆ 热线关注

当前天气转凉,昼夜温差较大,又正值开学季,盐湖区疾病预防控制中心发布健康提示——

# 9月份需留心这些健康问题

9月份天气转凉,昼夜温差较大,又正值开学季,人员流动和聚集,疾病传播的风险加大。为此,盐湖区疾病预防控制中心提醒大家注意预防新型冠状病毒感染、流行性乙型脑炎、流行性感冒、手足口病、食源性疾病,并关注学校突发公共卫生事件等。

## 新型冠状病毒感染

近期,我市新冠疫情与全国、全省疫情基本一致,流行毒株以奥密克戎XBB亚分支的EG.5变异株为主,总体处于低水平、波浪式流行态势。

建议在没有接种禁忌症的情况下,符合条件者尽早接种新冠病毒疫苗。现阶段疫苗接种的目标人群为:①未感染且未完成既定免疫程序的人群,包括3岁~17岁未感染且未完成基础免疫的人群,18岁以上未感染且未完成第一剂次加强免疫的人群,以及18岁以上未感染且未完成第二剂次加强免疫接种的人群;②已感染且未完成基础免疫的人群。

坚持常通风、勤洗手、科学佩戴口罩,在公共场所保持社交距离,注意手卫生和咳嗽礼仪;外出就餐,提倡公筷公勺、分食进餐,倡导健康生活方式。

加强个人健康管理。要密切留意家人和自己的健康状况,如有出现发热、干咳、乏力、咽痛、嗅(味)觉减退、腹泻等不适症状时,避免带病上学或上班,可进行抗原自测或核酸检测,视情况及时到附近医院发热门诊就诊;就医途中全程佩戴口罩,尽量避免乘坐公共交通工具。

一旦感染新冠病毒,非必要不外出,避免前往人群密集的公共场所,不参加聚集性活动,外出全程佩戴口罩。感染者居家期间减少与同住人员近距离接触,做好自我健康监测,必要时及时就诊。

## 流行性乙型脑炎

流行性乙型脑炎(简称乙脑)是由乙型脑炎病毒引起,经蚊虫叮咬传播的中枢神经系统急性传染病。人对乙脑病毒普遍易感,感染后多数呈隐性感染。乙脑起病急,病变范围较广,脑及脊髓均可累及。我区乙脑病例多集中于每年的7月~9月。

接种疫苗是预防乙脑的最简便、最有效措施。目前乙脑疫苗有灭活疫苗和减毒活疫苗两种,均可用于8月龄以上的儿童及成人。

防蚊、灭蚊。居家环境中可以使用纱门、纱窗、蚊帐防蚊,室内可使用蚊香、气雾剂等家庭卫生杀虫剂驱蚊、灭蚊。

处理居室、院内积水,搞好居室环境卫生;对常用的盆、水桶等容器,可以倒扣或者盖上盖子;勤倒垃圾,对于矿泉水瓶、鸡蛋壳等易积水的垃圾,应及时清理;对于厨房水池、地漏、下水道,应及时排水;对于家中水生植物,应每周换水1次~2次;及时打扫卫生间、家具缝隙和墙角等卫生死角;及时清理室内外杂物。

外出活动时应避免蚊虫喜好的阴暗隐蔽环境,穿浅色长袖衣裤,也可在暴露部位涂抹驱蚊剂,防止蚊虫叮咬。

一旦出现乙脑疑似症状,应及时到医院就诊,以免贻误病情。

## 流行性感冒

流行性感冒(流感)是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病,主要通过空气中的飞沫、人与人之间的接触或与被污染物品的接触传播,具有传染性强、传播速度快等特点,全人群普遍易感。

接种流感疫苗是目前预防流感最有效的手段,特别是儿童、老年人、医务人员等重点人群,在无禁忌症的情况下应尽早接种流感疫苗。

保持良好的个人和环境卫生,常通风、勤洗手、科学佩戴口罩,在公共场所保持社交距离,注意手卫生和咳嗽礼仪;外出就餐,提倡公筷公勺、分食进餐,倡导健康生活方式;加强个人健康监测,如出现发热畏寒、头痛、流涕、全身酸痛、乏力等不适症状时,避免带病上学或上班,视情况及时到附近医院发热门诊就诊。

学校及托幼机构应做好教室、宿舍等环境的通风换气,保持空气流通和清新;应加强晨午检,每日汇总报告因病缺勤人数,若发现“发热,伴畏寒、咳嗽、头痛、肌肉酸痛”等主要临床表现的学生和老师,应及时引导就医治疗、在家隔离休息,不要带病上课;应加大健康教育宣传力度,可通过广播、滚动电子屏、投影播放、黑板报、宣传画、宣传折页等向广大师生宣传流感防病知识,督促其养成勤洗手、勤晒被褥、戴口罩等良好的卫生习惯,提高自我防病能力。

## 手足口病

手足口病是由肠道病毒引起的一种儿童常见传染病,多发生于5岁及以下儿童,一年四季均可发病。

建议接种EV71疫苗能有效预防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。

养成良好的个人卫生习惯,饭前便后、外出后要洗手,勤洗澡;不喝生水、吃生冷食物;打喷嚏、咳嗽时用纸巾遮掩口鼻,并及时洗手,避免脏手接触口、眼、鼻;同时应指导儿童养成正确的洗手习惯,掌握“七步洗手法”。

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清洗消毒。

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。

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,并及时告知所在托幼机构,以便及时消毒、处理。

托幼机构应严格落实晨午检制度、因病缺课登记制度、疫情报告、通风消毒等措施,发现患儿及时隔离、上报,做好聚集性和暴发疫情的发现、应对和处置。

## 食源性疾病

9月气温略有下降,但仍有利于部分致病微生物繁殖,学校、托幼机构和工地等集体用餐场所,容易发生疫情。

消费者采购食品时应选择证照齐全、诚信规范的市场、超市或其他销售单位,不在无证照摊贩处购买食品,不购买来源不明的冷链食品;外出就餐时应选择食品卫生条件好、信誉度高、证照齐全的餐饮单位,不在无证照摊贩处就餐。

勤洗手、吃熟食、喝开水,生熟食品要分开,食物要煮熟煮透再吃;吃剩的食物要及时储存在冰箱内,且储存时间不宜过长,食用前要热透。

若出现呕吐、腹泻、发烧等症状,要及时到医院就诊。

## 学校突发公共卫生事件

9月正值各大中小学校开学,校内人员密度大,应警惕学校聚集性病例的发生。

学校应开展健康教育活动。结合各类传染病疫情特点,有针对性地对学生、教职工和家长开展健康知识宣传,引导学生养成良好的饮食、卫生和生活习惯,提高学生的防病意识。针对有疫苗预防的传染病,如流感、流行性腮腺炎、水痘等,应按国家接种要求程序自愿接种疫苗。

学校应严格落实晨午检制度、因病缺课登记制度、病愈返校制度、疫情报告、消毒制度等各项防控措施。保持教室、宿舍等场所的通风换气,密切关注学生身体健康状况,做到早发现、早报告、早处理,着重防范呼吸道及肠道传染病聚集性病例和暴发疫情。

学校应注意饮水安全。在开学前对供水饮水设施进行卫生检查,对水质进行采样送检,正规机构检测合格方可饮用。

学校应注意食品安全。在开学前对食堂等关键部位进行拉网式排查,不留安全隐患。

盐湖疾控供稿

## 秋冬季警惕 儿童肺炎支原体肺炎

近期,多地报告了儿童肺炎支原体肺炎病例

专家表示

要提醒儿童注意防护,有相关症状者应及时识别并到医院就诊

### 肺炎支原体肺炎

是我国儿童常见的呼吸道感染性疾病 有季节发病的特征

多见于5岁及以上儿童

但5岁以下儿童也可发病

该病以发热、咳嗽为主要临床表现

可伴有头痛、流涕、咽痛、耳痛等,部分患儿有喘息表现,以婴幼儿多见



儿童肺炎支原体肺炎症状 容易与感冒等疾病混淆

除了结合临床和影像学表现以及病原学、血清学检查来判断之外,可观察患儿的咳嗽情况进行区分辨别



儿童肺炎支原体肺炎一般会 出现阵发性、成串的咳嗽, 早期为干咳,咳嗽比较剧烈,甚至影响到吃饭和睡眠

如果患儿出现发憋、喘不过气的症状,家长可以用力拍其后背,清理气道,然后尽快到医院就诊



儿童肺炎支原体肺炎不是传染病 但可以通过飞沫传播

保持社交距离、手卫生、勤通风等良好个人卫生习惯,有助于减少传播风险



新华社发(宋博制图)

## ◆ 热线播报

## 2023年度流感疫苗开打

运城晚报讯(记者 崔萌)9月4日,从盐湖区疾控中心获悉,2023年度流感疫苗已开打。

据悉,流感是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。流感病毒抗原易变,传播迅速,每年可引起季节性流行,在学校、托幼机构和养老院等人群聚集场所可发生疫情。目前来说,接种流感疫苗是预防

防流感最经济、最有效的手段。

盐湖区疾控中心一名医务人员介绍,今年四价流感疫苗有效成分含H1N1、H3N2、B/Victoria、B/Yamagata四种型别病毒株血凝素。接种流感疫苗2周~4周后,可产生具有保护水平的抗体,有6个月左右的保护性,在流感流行季前完成免疫接种最佳。流感疫苗接种

全程只需一针,价格为148元。

由于流感病毒属于全人群易感,所以临床救治人员、公共卫生人员、卫生检疫人员等医务人员,托幼机构、中小学校和教师,监所机构的在押人员及工作人员等重点场所人群,养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工,60岁及以上居家老年人、6月龄~

5岁儿童、慢性病患者、6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员、孕妇等流感高风险人群,都应积极接种流感疫苗。

该医务人员提醒,市民接种流感疫苗可到盐湖区疾控中心(市区红旗西街173号)、盐湖区疾控中心预防接种门诊(市区中银大道188号),咨询电话8751225、8751226。