

市疾控中心发布健康提示 9月份您须提防 这些传染类疾病

昨天,南通市疾控中心发布9月健康提示。提示指出,9月,暑去秋来,天气逐渐转凉,昼夜温差变大。同时,9月正值开学季,又将迎来中秋假期,短时间内人口流动性增加,容易给传染病的传播创造条件,应做好细菌性肠道传染病、蚊媒传染病、狂犬病、猴痘、新型冠状病毒感染等传染病的预防与防范。为此,市疾控中心急性传染病防制科副主任医师戴垚垚进行了详细介绍,并提示了相关防病要点。

●细菌性肠道传染病

9月,气温虽然开始回落,但肠道致病菌生长繁殖仍较为活跃。细菌性肠道传染病主要通过食物、水源、接触等途径传播,主要症状包括腹泻、腹痛、发热等。常见的细菌性肠道传染病有霍乱、痢疾、伤寒等。

防病要点:

在饮食卫生方面,要选择新鲜、干净的食材,避免食用生的或未煮熟的食品,尤其是海产品、肉类和蛋类。避免食物交叉污染,剩饭剩菜应彻底加热后再食用。饮用开水,避免饮用生水。

在个人卫生方面,要勤洗手,特别是在进食前、上厕所后、加工食物前和接触动物后,用流动的水和肥皂或洗手液彻底洗手。养成良好的个人卫生习惯,避免用手接触口鼻眼。

在环境卫生方面,要保持家庭和公共场所的清洁,定期清理卫生死角。妥善处理垃圾,避免滋生细菌和害虫。

●蚊媒传染病

蚊媒传染病是由病媒蚊子传播的自然疫源性疾。病媒蚊子传播的疾病高达80多种,常见的有流行性乙型脑炎、疟疾、登革热、黄热病等,主要发生在全球热带和亚热带气候地区。随着政治、经济、文化高速全球化,以及持续强化的气候和生态变化,蚊媒传染病传播风险进一步增加。

防病要点:

要清除蚊虫滋生地,日常生活中,应积极翻盆倒罐,清理住家及周围各类无用积水;家中种养的水生植物容器应经常换水,减少蚊虫的滋生环境;要做好个人防护,在户外活动时,应尽量穿着浅色长衣长裤,减少皮肤裸露,使用有效的驱蚊产品。在室内,应安装纱门纱窗,使用蚊帐,并定期检查修缮防蚊设施;要增强防范意识,前往流行性乙型脑炎、疟疾、登革热等蚊媒传染病流行地区旅行或工作的

人员,应提前了解当地疫情状况,采取相应的预防措施,并在出现症状时及时就医。

●狂犬病

狂犬病是由狂犬病病毒引起的一种人畜共患的中枢神经系统急性传染病。该病毒主要通过破损的皮肤或黏膜侵入人体,临床表现包括恐水、恐风、畏光和吞咽困难,最终可能导致呼吸和循环衰竭。目前,狂犬病尚无有效的临床治疗方法,一旦发病几乎100%死亡。

防病要点:

在犬只管理方面,由于犬类是狂犬病的主要传染源。加强犬只管理是预防狂犬病的关键。应文明养犬,为犬只办理登记手续,遛狗时使用牵引绳,并定期为犬只接种兽用狂犬疫苗。

在高危人群免疫方面,高暴露风险者或计划前往狂犬病流行高风险国家(地区)的人员应进行暴露前免疫。

在暴露后规范处置方面,要及时前往暴露预防处置门诊进行科学规范的伤口处理和免疫接种。

●猴痘

8月14日,世界卫生组织宣布,猴痘疫情构成“国际关注的突发公共卫生事件”。猴痘是由猴痘病毒引起的人兽共患病。潜伏期为5至21天,多为6至13天。人感染初期症状包括发烧、头痛、肌肉酸痛、背痛、淋巴结肿大,随后在面部及身体其他部位出现皮疹,并逐渐发展为脓疱,持续一周左右时间,之后结痂。病例出现症状后至皮疹结痂自然脱落前具有传染性。多数感染者会在2至4周康复,但也有感染者病情严重甚至死亡。

防病要点:

首先,要养成良好的卫生习惯。经常清洁和消毒,日常生活中应做好手卫生,避免污染物通过手经黏膜和破损皮肤侵入人体。

其次,要避免和罹患猴痘的人

密切接触。性接触,特别是男男性接触具有较高风险。与伴侣发生性行为前,应检查对方体表有无皮疹。

再次,要及时就诊。若在国内外有可疑动物、人员或猴痘病例接触史,出现发热、皮疹等症状,应及时到正规医院就诊,告知医生流行病学史,结痂前避免和他人密切接触。

另外,要提高防控意识。尽量不前往有猴痘疫情发生的国家和地区,疫区归国人员需注意自我健康监测;若在国外有过接触史和暴露史,尚未出现症状,可主动联系当地疾控中心进行咨询和报备。

●新型冠状病毒感染

当前,我国新冠病毒主要流行株为JN.1和XDV系列变异株,与JN.1变异株相比,XDV变异株的传播力、致病力和免疫逃逸能力未发生明显改变。主要表现为咽干、咽痛、咳嗽、发热等,部分患者可伴有肌肉酸痛、嗅觉味觉减退或丧失、鼻塞、流涕等。高风险人群仍需注意防范,减少重症发生。

防病要点:

要保持良好的个人卫生习惯,如勤洗手、保持社交距离、佩戴口罩等;规律作息、合理膳食、适量运动;要做好自我健康监测。如出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状,建议居家办公或休息,减少与他人接触,佩戴好口罩,及时就诊;要科学治疗,预防重症。目前,大多数感染者为轻症,应注意休息、对症用药。老年人、儿童、孕妇和有基础性疾病的患者等高风险人群,应及时就诊,在临床医师或药师指导下使用药物,减少重症发生。

戴垚垚提示,9月开学季,学校、托幼机构等集体单位发生流感、水痘、百日咳、手足口等传染病聚集性疫情的可能性有所加大。家长要特别关注孩子的健康状况,帮助孩子养成良好卫生习惯。学校方面要严格落实晨午检、因病缺课登记等制度,一旦发现疑似疫情,要及时向卫生和教育部门报告。

本报记者李波



定期奉献“名医访谈、医疗活动、健康科普”等精彩视频

疾病防控 他们一直都在

阳光刺破阴霾后的日子里,有人问起,疫情退散,现在的疾控人在做什么?他们还在驻守,他们依旧奔走:在企业、社区、学校、医院、实验室……他们的身影出现在城市的每一个角落。本期视频让我们一同走近疾控人,深入了解公卫医师这一职业,感受他们奔忙的日,体悟他们用心坚守、用爱守护的责任感与使命感。



扫一扫看视频

医周健闻

市影像诊断 服务中心启动

晚报讯 22日,南通市影像诊断服务中心启动仪式举行,标志着由南通市第三人民医院承建的南通市影像诊断服务中心全面启动。

市三院医学影像科是南通市医学重点学科、南通市临床重点专科、国家级放射科住院医师规范化培训基地,在2023年南通市“十四五”科教强卫工程中入选南通市临床医学中心建设单位。

市三院将对标省内一流,以先进技术、特色服务、品牌质量为侧重,在建立健全各项运行机制、质量管理控制与评价机制、疑难病例及亚专科影像诊断等方面持续强化,并充分发挥技术优势及信息化远程支持作用,为基层医院开展影像诊断、会诊与指导等服务,充分满足群众多样化、差异化、个性化的健康需求。

市三院将充分发挥主导作用——主动作为、主动服务、主动支持,指导海安市、如皋市、如东县、启东市、通州区和海门区分别建成并运行县级影像诊断中心,构建“市—县—镇”三级影像诊断服务网络,促进全市影像诊断服务的区域化、规范化和同质化,让卫生健康优质资源再扩容、公共服务更

通讯员王晨光 朱慧 记者朱颖亮