如何预防手足口病

春季来临,气温回升,即将进入手足口病发病高发季节, 学校和托幼机构等人员密集场所发生聚集性疫情的风险升 高。温馨提示,家长和老师们要多关注孩子手、足、口等部 位的症状表现,发现异常应及时就诊。

1. 什么是手足口病?



手足口病是由多种肠道病毒引起的 5 岁及以下儿童常见 急性传染性疾病。全年均可发病,4-7 月为春夏季高峰,9-11 月为秋季高峰。

2. 手足口病有哪些症状?



从感染到出现症状约为 2-10 天, 平均 3-5 天。临床表现多以发热,口腔粘膜出现疱疹, 手、足和臀部出现斑丘疹、疱疹为主,可伴有咳嗽、流涕、食欲不振等症状。患儿通常病情症状较轻,呈自限性,一般预后良好,7-10 天病程后可完全康复。少数重症患者儿的病情会快速恶化,出现神经系统并发症和多器官衰竭,严重者可导致死亡。感染 CVA6、CVA10 的少部分患者在病后 2~4 周可能会出现脱甲症状。

3. 手足口病是如何传播的?

患者和隐性感染者为手足口病传染源,隐性感染比例较大。患者发病前具有传染性,通常以发病后1周内传染性最强。

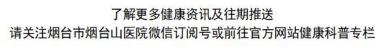
传播途径多样且容易实现,主要的传播方式为密切接触 传播,通过直接接触病人的粪便、疱疹液、鼻咽分泌物、唾 液及接触被污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具、餐具、奶 瓶、床上用品等物品或环境而感染;还可通过呼吸道飞沫传 播,如咳嗽、打喷嚏等;饮用或食入被病毒污染的水和食物 亦可感染。

4. 如何预防手足口病?

- (1) 避免接触患儿。尽量不要与患儿拥抱、分享玩具、共用餐具、洗浴用品等,防止交叉感染。
- (2) 保持手卫生。良好的手卫生是预防手足口病的有效措施。儿童在触摸公共物品后、外出游玩回家后、进食前、如厕后,以及家长和看护人在回家后、加工食品前、更换尿布或处理被粪便污染的物品后,应用七步洗手法清洁双手。

平常可用肥皂水或洗手液洗手,接触病人及污染物后应选择合适浓度的含氯消毒剂洗手。

- (3)减少聚集。人群聚集、接触频繁,容易传播手足口病,建议手足口病流行期间尽量不要带儿童到人群聚集、空气流通差的公共场所。
- (4) 环境通风。密闭公共场所和居室要经常通风,保持空气流通。
- (5)清洁消毒。接触频繁部位、日常用品和儿童玩具 定期清洁和消毒;奶具、餐具等要煮沸消毒;衣物、被褥经 常在太阳下晾晒或用紫外线灯照射消毒。
- (6)接种疫苗。虽然接种 EV-A71疫苗不能预防其他肠道病毒感染,但可有效预防 EV-A71感染引起的手足口病和其他相关疾病,减少手足口病重症和死亡的发生。为尽早发挥保护作用,鼓励儿童在12月龄前完成全程接种。5岁以上儿童不推荐接种。









医院官方网站 健康科普专栏



三级甲等综合医院 三级甲等妇幼保健院