昆山市疾控中心发布2020年10月份

疾病风险提示

昆山市疾控中心发布十月份疾病风险提示，十月份本市进入诺如病毒感染性腹泻、感冒、急性出血性结膜炎的高发季节，市民应予以防范，同时应做好新型冠状病毒感染的肺炎的常态化防控。

一、诺如病毒感染性腹泻

风险等级：高

疾病特点：诺如病毒感染性腹泻是由诺如病毒引起的病毒性胃肠道疾病，具有发病急、传播速度快等特点，气温较低时高发。诺如病毒传染性强，以粪—口途径传播为主。感染后主要症状是腹泻、呕吐、发热等，其中儿童以呕吐为主，成人则以腹泻为主。

预防措施：国庆假期，市民时常走亲访友集会聚餐，此时应注意饮水及饮食卫生。提倡喝开水，生熟制品要分开切配，慎用凉拌菜，剩饭菜要防止苍蝇叮爬食物，并且要加热熟透后食用；不吃生和半生的食物，尤其禁止生食贝类等水产品，生吃瓜果要洗净，老人、小孩等抵抗力弱的人群要格外注意；学校及幼托机构应加强晨检及因病缺课监测，加强健康教育，养成勤洗手的良好卫生习惯；如学生或幼儿出现呕吐，应及时疏散，并及时对呕吐物进行规范消毒。

二、感冒

风险等级：中

疾病特点：感冒是指[普通感冒](https://baike.baidu.com/item/%E6%99%AE%E9%80%9A%E6%84%9F%E5%86%92/4827851)，是一种常见的急性上呼吸道病毒性感染性疾病，多由[鼻病毒](https://baike.baidu.com/item/%E9%BC%BB%E7%97%85%E6%AF%92/7551672)、副流感病毒、[呼吸道合胞病毒](https://baike.baidu.com/item/%E5%91%BC%E5%90%B8%E9%81%93%E5%90%88%E8%83%9E%E7%97%85%E6%AF%92/6445529)、[埃可病毒](https://baike.baidu.com/item/%E5%9F%83%E5%8F%AF%E7%97%85%E6%AF%92/7755468)、[柯萨奇病毒](https://baike.baidu.com/item/%E6%9F%AF%E8%90%A8%E5%A5%87%E7%97%85%E6%AF%92/7755303)、[冠状病毒](https://baike.baidu.com/item/%E5%86%A0%E7%8A%B6%E7%97%85%E6%AF%92/2247364)、[腺病毒](https://baike.baidu.com/item/%E8%85%BA%E7%97%85%E6%AF%92/3219119)等引起。临床表现为[鼻塞](https://baike.baidu.com/item/%E9%BC%BB%E5%A1%9E/9509569)、[喷嚏](https://baike.baidu.com/item/%E5%96%B7%E5%9A%8F/515598)、[流涕](https://baike.baidu.com/item/%E6%B5%81%E6%B6%95/2616919)、[发热](https://baike.baidu.com/item/%E5%8F%91%E7%83%AD/35767)、[咳嗽](https://baike.baidu.com/item/%E5%92%B3%E5%97%BD/791646)、[头痛](https://baike.baidu.com/item/%E5%A4%B4%E7%97%9B/340011)等，多呈[自限性](https://baike.baidu.com/item/%E8%87%AA%E9%99%90%E6%80%A7/245197)，大多散发。鼻病毒是引起普通感冒的主要病原体，将近50%的普通感冒是由鼻病毒感染引起。鼻病毒感染潜伏期为2～5天，其传染性较强，传播速度快，主要通过空气飞沫和直接接触传播，也可经鼻、喉分泌物污染的手和物品间接传播，易在学校及幼托机构等集体单位内引起扩散。

预防措施：10月适逢中秋国庆长假，秋高气爽，市民出游多，人员流动性大，一些旅游景点和公共场所将出现人员密集现象，加之昼夜温差大，人体抵抗力下降，这也加大了感冒发生的风险。市民要注意个人卫生，勤洗手；咳嗽、打喷嚏时要捂住口鼻；做好个人防护，尽量少去人群聚集场所；保持室内空气流通；根据气温变化，及时增减衣服；家长应每日观察孩子的健康状况，如果发现孩子出现咳嗽、流涕、打喷嚏、鼻塞等症状应及时报告老师且暂停入校或入园，隔离至症状消失且不少于发病后5天。

三、急性出血性结膜炎

风险等级：中

疾病特点：急性出血性结膜炎，俗称“红眼病”，是一种容易暴发流行的、剧烈的结膜炎性疾病，夏秋季高发。本病起病急、潜伏期短，以眼睛发红、发热、发痒、疼痛、怕光、流泪、分泌物增多为特点，少数患者可有全身发热、乏力等症状。本病主要通过眼-手-眼或眼-污染物品-眼，病原体通过各种途径进入健康人的眼睛感染，可通过游泳池污染的水感染。

预防措施：市民要注意个人卫生，勤洗手、不揉眼，毛巾、脸盆等分开单用；节日期间不宜到人群拥挤的公共场所，避免接触患者；学校若开展游泳课程，应注意泳池的消毒以及学生的个人卫生及防护，潜水时，尽量把眼睛闭上或戴防护眼镜，游泳后，及时用干净的水洗脸、洗澡；出现不适症状应及时就医。

四、新型冠状病毒感染的肺炎

风险等级：低

疾病特点：新型冠状病毒感染的肺炎由2019-nCoV引起，能持续人传人，主要通过呼吸道飞沫传播及接触传播。潜伏期是2-14天，平均7天。一般症状：发热、乏力、干咳，逐渐出现呼吸困难；部分患者起病症状轻微，甚至可无明显发热。多数患者预后良好，少数患者病情危重，甚至死亡。

预防措施：目前境内无中、高风险地区，境外（除澳门为低风险外）仍全部为高风险地区，如非必须，市民尽量不要前往疫情中高风险地区；国庆长假期间，人员流动性大，市民应尽量减少不必要的外出活动；尽量减少到人员密集的公共场所活动，尤其是空气流动性差的地方；如假期出游，应科学正确的佩戴口罩，建议2-4小时更换一次，一旦污染及时更换；勤洗手，按照七步洗手法，使用肥皂水或洗手液并用流动水洗手；加强健康教育，养成良好的个人卫生习惯，每天做好家庭成员的健康监测，主动监测体温，如有不适，避免乘坐公共交通，戴口罩前往本市或当地发热门诊就诊。