昆山市疾控中心发布2021年3月份

疾病风险提示

昆山市疾控中心发布三月份疾病风险提示，三月份本市进入了诺如感染性腹泻和流行性感冒的高发季节，市民应予以防范，同时应继续做好新冠肺炎的常态化防控。

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，冬春季高发。潜伏期多在24～48h，最短12h，最长72h。发病突然，主要症状为恶心、呕吐、发热、腹痛和腹泻，儿童患者呕吐普遍，成人患者腹泻为多。具有发病急、传播速度快等特点，主要经粪-口途径传播，人群普遍易感，常在学校、托幼机构等集体场所引起暴发。由于病毒基因多样且高度变异，每隔数年就会出现新变异株，人一生中可多次获得感染。该病通常表现为自限性疾病，预后良好。

预防措施：诺如病毒目前尚没有疫苗。注意个人卫生、食品卫生和饮水卫生是预防此疾病的关键。新学期开始，学校和幼托机构应做好饮食、饮水的安全管理工作，认真落实晨午检及因病缺课监测，发现可疑症状病例应立即隔离就医，疏散班级其他学生并规范开展消毒，平时加强肠道传染病防治知识的宣传教育。市民应养成良好的个人卫生习惯，用肥皂及流动的水勤洗手，把好病从口入关，不吃生冷食品和未煮熟煮透的食物，做好日常消毒与通风，提倡多喝开水，注意饮用水安全。

二、流行性感冒

风险等级：中

疾病特点：冬春季交替期间，昼夜温差大，呼吸道传染病易感。流行性感冒简称流感，是由流感病毒引起的急性呼吸道感染。潜伏期约为1～3天，急性起病，通常表现为高热、头痛、肌痛、乏力等中毒症状，可伴有咽痛、流涕等呼吸道症状。冬春季节高发，老人、儿童以及体弱多病者是易感人群，主要通过呼吸道传播。

预防措施：根据气温变化，及时增减衣服；规律作息，加强锻炼，提高身体抵抗力；做好健康宣教工作，特别是对儿童、青少年、老年人等易感人群，培养良好的个人卫生习惯；勤洗手，咳嗽、打喷嚏时要捂住口鼻；保持室内空气流通，尽量少去人群聚集场所，必要时佩戴口罩；新冠疫情常态化防控的形势下，如有发热症状，请佩戴口罩及时前往当地发热门诊就医。

三、新冠肺炎

风险等级：低

疾病特点：新冠肺炎主要通过呼吸道飞沫传播及接触传播。潜伏期：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：春节假期结束，各地返岗复工人员陆续返昆，市民应继续做好此期间的新冠防控，注意相关防护。目前，国内中高风险地区全部清零，但仍应时刻关注中高风险地区变化，不前往，不出境；不组织、不参加非必要的聚集性活动；保持戴口罩、勤洗手、常通风等良好卫生习惯；尽量减少中高风险地区及境外的网购，接收快递包裹、清洗冷链食品时，佩戴手套并及时消毒；注意个人卫生，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。