

警惕秋季肠道传染病

□记者 瞿乃婴

秋季是肠道传染病的高发季节,常见的有霍乱、伤寒、痢疾等。这类传染病通常是由于细菌或病毒污染了手、水、食物、餐具等,未经恰当处理进入人体后引发的。

霍乱 由霍乱弧菌引起的急性肠道传染病,属国际检疫传染病之一,也是我国法定管理的甲类传染病,常经水、食物、生活接触、苍蝇等传播,人群普遍易感。该病发病急、传播快,可引起流行、爆发。临床特征为剧烈腹泻、呕吐、大量米泔样排泄物、水电解质紊乱和周围循环衰竭,严重休克者可并发急性肾功能衰竭。

伤寒 由伤寒杆菌引起的经消化道传播的急性传染病,主要通过水、食物、日常接触、苍蝇和蟑螂传播。伤寒的临床特征为长程发热、全身中毒症状、相对缓脉、肝脾肿大、玫瑰疹及白细胞减少等。

细菌性痢疾 简称菌痢,是由痢疾杆菌引起的肠道传染病,常年发病。其主要表现为发热、腹痛、腹泻、里急后重和黏液脓血便,通过生活接触、食物、水、苍蝇等途径传播。

甲型肝炎 通过感染甲型肝炎病毒(HAV)引起的急性肝脏炎症,是我国常见的肠道传染病之一,在病毒性肝炎中发病率及感染率最高。甲型肝炎其主要经

粪一口途径传播,以儿童和青少年较为多见,表现为发烧、乏力、食欲减退、恶心、呕吐、皮肤发黄,有些病人会出现腹胀或腹泻、尿呈褐色、大便秘浅、肝脏肿大、触痛或叩痛等体征。

肠道病毒EV71感染性疾病 肠道病毒EV71是人类肠道病毒的一种,简称为EV71,常引起儿童手足口病、病毒性咽峡炎,重症患儿可出现肺水肿、脑炎等。3岁以下的婴幼儿多发,成人也可感染。

预防肠道传染病就要以饮食卫生为重点,把好“病从口入关”。在日常生活中心,要做好环境、食品和个人卫生。

- 养成良好的卫生习惯,饭前、便后要洗手。
- 不吃生冷、变质的食物,不吃生的水产品、生水,以及苍蝇、蟑螂叮爬过的食物,生食的瓜果蔬菜要洗涤消毒。
- 食物要煮熟、煮透后才能吃。
- 所有的烹饪器具和食具,使用后应洗涤干净并保持干燥,并经常煮沸消毒。
- 生熟食品要分开存放,已消毒食具与未消毒食具分开存放,防止交叉污染。
- 加强体育锻炼,并保证充足睡眠和丰富营养,可增强抵抗力,预防传染病。

需要注意的是,感染肠道传染病应立即到医院就诊,切忌胡乱用药,尤其不能自行使用抗生素,防止产生耐药性。

正确应对卡介苗引起的不适

卡介苗已发明100多年,是预防和控制结核病的有效方法之一,特别是对婴幼儿中易发的结核性脑膜炎、粟粒性结核有较好的预防效果。

红肿化脓属正常现象

卡介苗接种采用皮内注射,常打在上臂外侧三角肌中部略下处,这种方法的免疫效果最优。不过,卡介苗的成分是减毒的活细菌,接种于皮内后,卡介苗会在接种部位繁殖,引起红肿、化脓反应,约有95%的婴幼儿会发生反应,属正常现象。

皮内接种卡介苗2~3天后,接种处的皮肤会略有红肿。接种卡介苗的特异性反应在接种后2~3周出现,整个过程持续2~3个月。接种处局部发生红肿、丘疹状浸润硬块,平均直径约为10毫米,逐渐软化成的白色脓疱可自行破溃,8~12周后大部分愈合,结痂脱落后可在局部形成一个稍显凹陷的瘢痕,俗称“卡疤”。

好在,卡介苗接种后一般无全身反

应。仅有少数人在接种后1~3个月内,接种处腋下淋巴结出现轻微肿大,但不超过10毫米,有时会出现破溃化脓。

接种后应细心呵护

一般情况下,不需要对接种卡介苗后的常见反应进行处理,但要注意接种处的局部清洁。为避免伤口接触水或搔抓,家长可用干燥消毒过的纱布包扎。脓疱或浅表溃疡可用碘伏等刺激性小的消毒剂进行消毒,防止细菌感染。

若发生较严重的不良反应,如接种处局部脓肿或溃疡直径大于10毫米,且接种处发生脓肿或溃疡12周后仍未愈合;或接种卡介苗同侧腋下出现淋巴结肿大,用手触摸腋下能感觉到明显肿块;或出现由其他病原体引起的继发感染者,不要自行排脓或揭痂,建议到医院就诊,在医生的指导下采取适当的治疗措施。

上海市疾病预防控制中心
白庆瑞 李响

按照市委、市政府总体部署,为深入推进第二届中国国际进口博览会(以下简称“进口博览会”)病媒生物预防控制保障工作,市爱卫会办公室近日下发通知,要求各区按照“稳住面、守住点”的要求,全力提升病媒生物防制保障服务能级,高质量、高水平服务进口博览会。

本市将按照“稳住面、守住点”的要求,全面增强病媒生物防制能力。“稳住面”,即要求各区持续开展夏秋季防蚊灭蚊工作,认真落实应急处置要求,确保城市公共卫生安全;“守住点”,即以国家会展中心(上海)及其周边区域为核心,以本市重点商圈(大型商业综合体)、定点接待酒店和保障医院、交通枢纽(机场、火车站、地铁)、知名旅游景点为重点,组织各区、各部门、各单位开展问题整改和常态固守,为中外来宾提供良好的工作和生活环境。

为进一步提升病媒生物防制保障工作的科学性与针对性,市爱卫办近期组织对国家会展中心(上海)及周边区域餐饮行业,以及100余家医院、酒店和机场火车站等重点场所开展病媒生物防制摸底调查。针对发现问题,要求相关单位整改并函告市场监管、文化旅游等主管部门。同时,市爱卫办要求各级疾病预防控制部门做好监测保障工作,

充分利用监测数据,及时提供处置意见,提高防制工作的科学性和针对性;各级爱国卫生部门依据监测评估结果,督促相关部门和街镇及时响应,加大蚊虫、鼠类等重点病媒生物集中控制,确保降低病媒侵害事件和登革热等媒介传染病传播风险。

此外,市爱卫办还将组织市疾病预防控制中心研究制定大型保障病媒生物应急小组处置工作规范,组织相关区、街镇爱卫干部及应急处置队员开展相关培训,并组织青浦、闵行、长宁区的相关街镇共同开展跨区应急实战演练,进一步提升病媒生物预防控制保障服务能级,高质量、高水平服务进口博览会,持续提升健康上海能级。

记者 宋琼芳



皮肤瘙痒祸起虫咬

患者:“医生,我身上发的这个是什么呀?好痒!”

医生:“这是夏秋季较为多见的虫咬过敏引起的丘疹性荨麻疹,多发于躯干、四肢伸侧,多见于婴幼儿、儿童,成人也可患此病。”

大部分丘疹性荨麻疹都与昆虫叮咬有关,如蚊子、臭虫、跳蚤、虱、螨、蠨等,其唾液、体液等分泌物或残留的口腔器可导致人体出现过敏反应,从而引发丘疹性荨麻疹。

由于每个人体质的差异,丘疹性荨麻疹的表现会有所不同。丘疹性荨麻疹实际上是一类以症状命名的疾病统称,实际上就是虫咬症。该病主要表现为绿豆至花生米大小,略带纺锤形的红色风团样丘疹,质地略坚硬、群集或散在分布。有的可有伪足,顶端常有小水疱,严重者可出现紧张性大疱。

为了避免皮疹出现或加重,患者应注意个人及环境卫生。

- 外出旅游时,尽量穿着长袖长裤遮蔽,少去植物茂盛或潮湿的地方。
- 在黎明和黄昏时,减少外出。
- 尽量不睡凉席。

- 换季的衣服清洗后再穿。
- 经常烫洗、晾晒贴身衣物。
- 若是与宠物相关的皮疹,需对宠物进行消毒、杀虫。
- 高蛋白饮食可能会加重过敏症状,应限制过量蛋白的摄入,并避免进食可疑食物。

丘疹性荨麻疹常伴有剧烈瘙痒,以夜间为甚,影响睡眠,口服抗组胺药会有较好的止痒效果。此外,冷湿敷也是不错的止痒方式,可用冷毛巾敷于皮疹处,数分钟即可起到止痒效果。外用氧化锌洗剂、炉甘石薄荷脑洗剂,以及糖皮质激素乳膏可以止痒消炎。较小的水疱一般可以自行吸收,切忌自行挑破以免出现继发感染;较大的水疱需要到医疗机构,由医护人员抽疱治疗。

需要提醒的是,大部分丘疹性荨麻疹的皮疹在1~2周后会消退,并留下色素沉着。但若反复搔抓,病程可能迁延数月不愈,一旦抓破可能出现继发感染等,需要局部或系统抗感染治疗。所以,千万不能抓挠。

复旦大学附属华山医院皮肤科 姜明顺