**冬季重点传染病防控知识要点**

**一、预防冬季传染病的一般原则**

预防冬季高发传染病，关键要做到以下几点：一要养成良好的卫生习惯，搞好饮食和个人卫生，防止病从口入，饭前便后要洗手。二要加强体育锻炼，增强个人体质，每天定时开窗通风，呼吸新鲜空气，在流感等呼吸道疾病高发季节，减少不必要的公共场所聚集活动。三要开展爱国卫生运动，改善生活环境卫生状况，做好生活饮用水卫生管理和污水处理，确保供水安全。四要要及时和全程接种疫苗，提高自身免疫力。

**二、冬季重点防控的传染病**

**（一）肺结核**

结核病是由结核杆菌引起的一种慢性呼吸道传染病，可累及全身多个脏器，但以肺结核最为常见。结核菌主要通过空气传播。传染源主要是排菌的肺结核病人（尤其是痰涂片阳性，未经治疗者）的痰。健康人吸入病人咳嗽、打喷嚏时喷出的带菌飞沫，可引起肺部结核菌感染。结核菌可在人体内长期潜伏，人体感染结核菌后不一定发病，仅于身体抵抗力降低时方可发病。中国结核病人的数量居世界第二，仅次于印度，应引起大家的高度重视。

主要临床表现：午后潮热、乏力、盗汗、食欲不振、月经失调、体重减轻，重者有寒战、高热。咳嗽、咳痰或伴有发热两周以上的患者要高度怀疑，主动进行胸片等相关检查排除。

预防措施：为了控制结核病的流行，必须从控制传染源、切断传染途径和增强免疫力、降低易感性等几个方面着手。卡介苗是治疗成功的关键，卡介苗保护未受感染者，使感染后不易发病，即使发病也易愈合。在病人痰培养阴转之前，应注意消毒隔离、避免传染。因此，及时发现病人，给予积极、正确的抗结核治疗，这些措施都十分重要，而各级防治网的建设又是落实各项措施的重要保证。

1.防治系统。建立和健全各级防痨组织是整个防治工作的关键。各单位要开展卫生宣教，把结核病纳入单位基本卫生保健，可使防治工作得到落实。

2.主动查出病人。积极参加查体和患病者管理，及时发现病人，有可疑症状者要查痰或作X线检查。对结素强阳性者进行定期检查，及时发现肺结核病人。

3.管理好病人。对肺结核病人进行登记和回访，有助于掌握疫情，加强管理。

**（二）流感**

流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，流感病毒分甲、乙、丙三型，其中甲型流感病毒易变异，人群对变异株缺乏免疫力，普遍易感，易引起暴发、流行。2009年引起世界大流行的甲型H1N1流感已经转为季节性流感。患流感后易引起严重并发症的高危人群包括：5岁及以下儿童，尤其是2岁及以下的婴儿；65岁及以上老年人；心血管疾病（除高血压）、慢性呼吸系统疾病、肝肾功能不全、血液病、神经系统疾病、神经肌肉功能障碍、代谢病等慢性病患者；患有免疫抑制疾病的成人和儿童，使用免疫抑制药物如癌症治疗药物等；孕妇；小于18岁青少年中长期接受阿司匹林治疗者；养老院和其他慢性病康复机构的人员等。

专家提醒公众，出现发热、咽痛、流涕、鼻塞、咳嗽、咯痰、头痛、全身酸痛、乏力等流感样症状，如在出现流感样症状前7天内，接触了流感病人，或所在集体单位出现聚集性发热病例，应警惕患流感的可能。有基础疾病者出现流感样症状，要及时到医院诊治。

公众在出现流感样症状后应注意以下几点：⑴对发热（体温≥38℃），或体温≥37.5℃伴畏寒、咳嗽头痛、肌肉酸痛者，应及时就医并回家休息。疫情发生单位应配合当地卫生部门追踪记录其转归情况。⑵居家休息的流感样病例应尽可能减少与家人的密切接触，尽量减少不必要的外出，如需外出（包括就医），应佩戴口罩，以免传染给他人。⑶家庭成员照顾、面对面或直接接触病例时，家庭成员和病人都要戴口罩，处理病例使用过的物品后必须用肥皂洗手。⑷体温恢复正常、其他流感样症状消失48小时后，或根据医生建议，患者可正常上课或上班。⑸有流感样病例的家庭要注意消毒和家庭清洁卫生。⑹以下流感样症状病例应及时到医院诊治：儿童病例在前期症状的基础上，出现下述症状或体征之一：流感样症状进行性加重；食欲减退；严重或持续呕吐；嗜睡或反应迟钝；烦躁；呼吸急促或呼吸困难；皮肤颜色发紫或灰白，或紫绀等症状。成人病例在前期症状的基础上，出现下述症状或体征之一：流感样症状进行性加重；突发式眩晕；严重或持续呕吐；胸痛或腹痛，或胸闷或腹胀；意识障碍等症状。

**（三）流行性出血热**

又称肾综合征出血热，是由鼠类携带的汉坦病毒引起的自然疫源性急性传染病。主要传染源和寄生宿主是小型啮齿类动物，我省的传染源主要是野栖的黑线姬鼠、大仓鼠和背纹仓鼠，家栖的褐家鼠、小家鼠等。本病男女老幼均可感染，尤以20～50岁青壮年发病居多。该病全年均可发病，我省出血热疫区为混合型疫区，有春季和秋冬季两个发病高峰，目前以秋冬季发病高峰为主。

本病临床症状主要有发烧、出血和肾脏损害三大特征，发热病人高烧可至40℃，持续3～7天。典型临床症状为“三红三痛征”：“三痛”：头痛、腰痛、眼眶痛或全身疼痛无力；“三红”：颜面、颈部及胸部皮肤充血潮红。眼球结膜水肿，眼睑和面部浮肿。出血：口内软腭、咽部及眼睛球结膜出血，腋下、胸背部皮下出血，形如搔抓样。典型的出血热临床表现有五期经过：发热期、低血压休克期、少尿期、多尿期和恢复期。严重者可并发尿毒症、肾功能衰竭、颅内出血、肺水肿、脑水肿等，可导致死亡。

流行性出血热的防控采取以科学防鼠灭鼠、预防接种出血热疫苗和健康教育为主的综合性预防措施。注意生活和工作场所的防鼠灭鼠和饮食卫生、环境卫生，高危适龄人口应接种出血热疫苗，一旦误食鼠类污染的食物或被鼠类咬伤或抓伤，要及时清理伤口并及时接种疫苗。

**（四）麻疹**

麻疹是由麻疹病毒引起的急性呼吸道传染病，以发热、出疹、口腔黏膜斑为主要特征，（多数）伴畏光、流泪等卡他症状，出疹顺序为发际、耳后、四肢、躯干。少数病例可不出疹，往往预示病情较重，麻疹患儿合并感染曾经是引起麻疹病例死亡的主要原因。该病传染性极强，易感者接触后90%以上均可发病。

麻疹的预防主要以接种疫苗为主，目前我省麻疹免疫策略为3针次免疫，含麻疹成分疫苗接种程序为8月龄接种麻风疫苗、1.5-2岁接种麻腮风疫苗、6岁接种麻疹疫苗。足量、全程、及时、规范接种是保护适龄儿童免受麻疹困扰的有效措施。除此之外，日常应做好个人卫生，要经常开窗通风换气，保持室内空气清新；麻疹高发季节尽量减少儿童去人群密集场所、医疗机构机会，远离传染源；如果知道周围有人得了麻疹，应做好隔离，避免与其密切接触；若自身麻疹疫苗接种史不详，应到及时进行补种，以防被传染。万一发生了麻疹，应及时到医院就诊、隔离治疗，避免外出感染他人。

**（五）风疹**

风疹是由风疹病毒引起的一种常见急性传染病。以发热、全身皮疹为特征。常伴有耳后、枕部淋巴结肿大。由于全身症状一般较轻，病程短，本病往往被忽视，但是妇女怀孕早期感染风疹，则可能危及胎儿，导致流产、死胎或发生先天性风疹综合征。风疹的预防主要以接种风疹疫苗为主，由于孕早期妇女感染风疹后，对胎儿危害大，因此孕妇应避免接触风疹患者，或在怀孕前3个月接种风疹疫苗。