

公众急性呼吸道传染病防控健康教育核心信息

一 什么是急性呼吸道传染病

急性呼吸道传染病是由病毒、细菌、支原体等病原体从呼吸道感染侵入、传播而引起的急性呼吸系统疾病。

流行性感冒、新型冠状病毒感染的肺炎、传染性非典型肺炎(SARS)、人感染高致病性禽流感和中东呼吸综合征(MERS)等,都属于急性呼吸道传染病。



二 急性呼吸道传染病的症状

急性呼吸道传染病一般起病急,常伴有发热、畏寒、头痛、肌肉关节酸痛、极度乏力、食欲减退等全身症状,还可伴有咽痛、咳嗽、鼻塞、流涕等呼吸道症状和(或)呕吐、腹泻等消化道症状。

严重者可出现急性呼吸窘迫综合征、器官衰竭、休克,甚至导致死亡。



(图片来源:湖北省卫生计生宣教中心 武汉市卫生计生宣教中心)

三 急性呼吸道传染病怎样传播

急性呼吸道传染病多发于冬、春两季,有传播迅速、流行性强的特点,传播途径主要包括空气传播和接触传播。

空气传播:病人或病原携带者在呼气、打喷嚏或咳嗽时,病原体经口鼻排出,易感者吸入后可引起感染。

接触传播:易感者直接或间接接触携带病原体的分泌物、血液、体液或排泄物时,有可能造成感染。

四 哪些人容易得急性呼吸道传染病

急性呼吸道传染病对人群普遍易感,免疫力低下、职业暴露等是这类疾病的高危因素,重点保护的易感人群有:

- ◆5岁以下的儿童,特别是2岁以下的婴幼儿
- ◆孕妇
- ◆65岁以上的老年人
- ◆慢性病患者,特别是患有呼吸或慢性心脏疾患的人
- ◆医疗机构、农贸市场等特殊场所从业人员

五 个人如何防控急性呼吸道传染病

(一)远离传染源

通过正规渠道,关注有关传染病的疫情报道,避免前往正在发生疫情的地区。

尽量避免密切接触家禽和野生动物,不屠宰或食用病、死禽畜或野生动物。烹调时彻底煮熟肉类和蛋类。

尽量避免到人群聚集、通风不良的公共场所,必要时外出可以佩戴口罩。

避免近距离接触任何有感冒或流感样症状的人。避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。

(二)注意卫生

打喷嚏或咳嗽时用纸巾或胳膊肘弯处捂住口鼻。不要随地吐痰,应将口鼻分泌物用纸巾包好,弃置于有盖垃圾箱内。

勤洗手,咳嗽或打喷嚏后、护理患者后、用餐前后、便前便后、接触动物或处理动物粪便后,必须使用肥皂和流水洗手。

(三)开窗通风

注意环境卫生和室内通风,如周围有呼吸道症状病人时,应增加通风换气的次数,开窗时要避免穿堂风,注意保暖。

(四)增强免疫

流行性感冒、肺炎链球菌肺炎等呼吸道传染病可以通过接种疫苗进行有效的预防。

保持健康的生活方式,加强体育锻炼,注意休息,避免过度劳累,多吃蔬菜水果,多喝水,增加机体免疫力。

(五)及时就医

如果出现发热(腋下体温 $\geq 37.3^{\circ}\text{C}$)、咳嗽等症状,应自觉避免接触他人,佩戴好口罩后尽快到正规医院就诊,主动向医生描述旅游史、职业及接触史,并积极配合治疗。

农贸市场急性呼吸道传染病防控健康教育核心信息

一 什么是急性呼吸道传染病

急性呼吸道传染病是由病毒、细菌、支原体等病原体从呼吸道感染侵入、传播而引起的急性呼吸系统疾病。

流行性感冒、新型冠状病毒感染的肺炎、传染性非典型肺炎(SARS)、人感染高致病性禽流感和中东呼吸综合征(MERS)等,都属于急性呼吸道传染病。

二 农贸市场如何防控急性呼吸道传染病

(一)保持工作场所清洁卫生,应定期进行清洁、消毒,尤其是活禽畜类相关场所,垃圾、粪便集中进行无害化处理

活禽畜经营市场应当实行一日一清洁消毒、一周一大扫除、一月一休市制度以及废弃物和病死禽只无害化处理制度。可用0.1%过氧乙酸溶液或者500~1000 mg/L有效氯消毒剂(按100斤水加2~4两漂白粉的比例配制)喷洒或拖抹消毒。

(二)保持工作环境中空气流通

保持室内空气流通,每天开窗换气两次,每次至少10分钟,或使用抽气扇保持空气流通。

(三)发现不明原因病、死禽畜时要及时向农业农村部门

报告,不自行处理病、死禽畜

任何单位和个人不得抛弃、收购、贩卖、屠宰、加工病、死禽畜。发现病、死禽畜要及时向畜牧兽医部门报告,并按照要求妥善处理病、死禽畜。如果发现禽畜类大量生病或死亡等异常情况,立即关闭工作场所,并及时向当地畜牧兽医部门报告。

(四)不购进、不运输、不销售来源不明或非法捕获的野生动物及其制品,尽量避免野生动物与家禽、家畜接触

野生动物所携带的病原体数量远高于人工养殖的可食用动物。许多疾病的病原体就在对野生动物的猎捕、运输、饲养、宰杀、贮存、加工和食用中扩散、传播。

二 急性呼吸道传染病的症状

急性呼吸道传染病一般起病急,常伴有发热、畏寒、头痛、肌肉关节酸痛、极度乏力、食欲减退等全身症状,还可伴有咽痛、咳嗽、鼻塞、流涕等呼吸道症状和(或)呕吐、腹泻等消化道症状。

严重者可出现急性呼吸窘迫综合征、器官衰竭、休克,甚至导致死亡。

五 个人如何防控急性呼吸道传染病

(一)做好个人防护,佩戴口罩、工作帽、工作服、长筒胶鞋、橡胶手套等防护用品

从事禽畜养殖、分拣、运送、销售、宰杀、免疫接种工作和病、死禽畜处理等的人员,以及对有关场所进行终末消毒的专业人员需要特殊防护。

特殊防护的要求是穿普通工作服,外罩一层防护服(隔离衣),戴防护口罩、医用一次性乳胶手套,穿长筒靴或可消毒的保护性脚套。

(二)远离传染源

尽量避免密切接触家禽和野生动物,不屠宰或食用病、死禽畜或野生动物。烹调时彻底煮熟肉类和蛋类。

通过正规渠道,关注有关传染病的疫情报道,避免前往正在发生疫情的地区。

尽量避免到人群聚集、通风不良的公共场所,必要时外出可以佩戴口罩。

避免近距离接触任何有感冒或流感样症状的人。避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。

(三)注意卫生

打喷嚏或咳嗽时用纸巾或胳膊肘弯处捂住口鼻。不要随地吐痰,应将口鼻分泌物用纸巾包好,弃置于有盖垃圾箱内。

勤洗手,接触活禽畜或其粪便、宰杀禽畜或处理其制品、咳嗽或打喷嚏后、用餐前后、便前便后,必须使用肥皂和流水洗手。

(四)开窗通风

注意环境卫生和室内通风,如周围有呼吸道症状病人时,应增加通风换气的次数,开窗时要避免穿堂风,注意保暖。

(五)增强免疫

流行性感冒、肺炎链球菌肺炎等呼吸道传染病可以通过接种疫苗进行有效的预防。

保持健康的生活方式,加强体育锻炼,注意休息,避免过度劳累,多吃蔬菜水果,多喝水,增加机体免疫力。

(六)及时就医

如果出现发热(腋下体温 $\geq 37.3^{\circ}\text{C}$)、咳嗽等症状,应自觉避免接触他人,佩戴好口罩后尽快到正规医院就诊,主动向医生描述旅游史、职业及接触史,并积极配合治疗。