

11 月份健康提示： 注意预防新冠肺炎、流行性出血热、流感、手足口病、诺如病毒感染性腹泻、其它呼吸道传染病及非职业性一氧化碳中毒等

喜欢请戳→[基本公共卫生服务项目宣传平台](#) 3 天前

收录于话题#[传染病防治](#) 32 个内容

点击↑上方[基本公共卫生服务项目宣传平台](#)关注我



基本公共卫生服务项目宣传平台推荐搜索

关键词列表：基本公共卫生服务家庭医生高血压传染病糖尿病预防接种

秋去冬来，凌冬将至，随着冷空气的到来，气温逐渐下降，各种病菌也开始“活跃”起来，疾控君温馨提示应警惕新冠肺炎、流行性出血热、流行性感冒、手足口病、诺如病毒感染性腹泻、冬季其它呼吸道传染病及非职业性一氧化碳中毒等。

一、新型冠状病毒肺炎

近期全国多地出现新冠肺炎本地疫情，防控形势严峻复杂。我省已出现 2 起本地聚集性疫情，为有效控制和降低本地疫情扩散风险，落实“外防输入，内防反弹”的防控策略，保护群众身体健康，对大家提出以下防控建议。



健康提示

(1) 非必要不出省，不前往高、中风险地区。如确需前往，务必做好个人防护，返回后立即向单位、社区报告，并主动进行核酸检测、医学观察、自我健康监测等防控措施。

(2) 境外（含港澳台地区）入境及有内蒙古、甘肃、宁夏等中、高风险地区旅居史的人员，应及时联系所在社区、单位、酒店，配合相关部门做好隔离和健康管理工作。

(3) 农贸市场、食品加工厂、肉联厂等重点场所工作人员应注意场所通风消毒、从业人员健康监测等工作，严防从业人员带病上班。

(4) 进入商场超市、农贸市场等人群聚集的场所时，应出示健康码、行程码，并做好个人防护，全程佩戴口罩，保持一米社交距离。

(5) 减少聚餐和聚会，尽量减少到空气不流通的室内娱乐场所和公共场所活动，如密闭网吧、酒吧、KTV 等。

(6) 加强个人健康管理。日常要密切留意家人和自己的健康状况，如果有发热、乏力、干咳等不适症状，尽早到就近医疗机构就诊（如有发热，需前往发热门诊）。

(7) 做好个人防护，规范佩戴口罩，勤洗手，少聚集，遵守咳嗽礼仪，保持“1 米线”社交距离，全程接种疫苗，做好居家清洁消毒与通风换气。

二、流行性出血热

每年 10 月至次年 3 月是我省关中地区出血热的高发季节。出血热是由鼠类携带汉坦病毒，并通过其唾液、尿液等含有病毒的排泄物、分泌物或直接噬咬人等途径，直接或间接传染给人，该病发病急、症状重、进展快、花费大、病死多。在常有野外工作或活动的农民、学生等群体中发病率高。

健康提示

(1) 接种疫苗是防控出血热的有效措施，高发地区 16-60 岁的适龄人群，尤其是接近 60 岁的农民和刚满 16 岁的学生，应积极主动接种疫苗。

(2) 在学校、村周、果园、菜园、养殖场等重点场所可长期实施灭鼠、防鼠措施。

(3) 加强个人防护，养成良好的卫生习惯。尽量避免接触鼠类及其排泄物污染物，不要夜宿在果园等户外场所以防螨虫叮咬；不吃生冷特别是鼠类污染过的食物、水等；清理脏乱杂物和废弃物(如稻草、玉米秸秆等)时，要戴口罩、帽子和手套。

(4) 一旦出现发热、肌肉酸痛、皮肤出血点等症状应及时到医院就诊。

三、流行性感

每年 10 月至次年 3 月是我省流感的主要流行季节。随着气温的持续下降，进入 11 月份以后，我省流感病例数可能增加，同时学校、托幼机构和养老院等人群聚集的场所可发生暴发疫情，应继续做好防护。



健康提示

(1) 接种流感疫苗是预防流感病毒感染及其严重并发症的最有效手段。6 月龄以上所有愿意接种且无禁忌证者均可自愿自费接种流感疫苗。

(2) 保持良好的呼吸道卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻，咳嗽或打喷嚏后洗手，尽量避免触摸眼睛、鼻或口。

(3) 每天定时开窗通风数次，保持室内空气新鲜。流行高峰期应避免去人群密集场所，如出现相关症状应及时就医，并减少接触他人，尽量居家休息。

(4) 学校及托幼机构应着重防范流感的小范围暴发，加强园内的环境卫生和教室的通风消毒，落实晨检、疫情报告等各项防控措施。

四、手足口病

手足口病是由肠道病毒感染引起的一种儿童常见传染病,5岁以下儿童多发。目前正处于我省手足口病发病的小高峰,要时刻做好“迎战准备”。

健康提示

(1) 接种 EV71 疫苗能预防 EV71 型病毒所引起的手足口病,可减少重症和死亡病例的发生。

(2) 注意个人卫生,尤其是在触摸口鼻前、饭前便后、接触呼吸道分泌物后用清水、洗手液或肥皂洗手;不喝生水、不吃生冷食物;不与他人共用毛巾或其他个人物品;指导儿童掌握“七步洗手法”。

(3) 注意室内外的环境卫生,每天定时开窗通风;勤换、勤洗、勤晒衣服和被褥;奶瓶、奶嘴及孩子常用的餐具应经常彻底清洗消毒。

(4) 尽量少带孩子去拥挤的公共场所,特别是避免与有发热、出疹的儿童接触。

(5) 注意经常检查孩子身上是否出现皮疹,一旦出现发热、皮疹(特别是肛周皮疹)或口腔溃疡等,及时到县级以上医疗机构就诊。

(6) 幼托机构应严格落实晨午检、因病缺课登记、疫情报告、通风消毒等措施,发现病儿及时隔离上报,做好聚集性和暴发疫情地发现、应对和处置。

五、诺如病毒感染性腹泻

11月已进入诺如病毒感染性腹泻的高发期，诺如病毒感染性腹泻具有发病急、传播速度快、涉及范围广等特点，以粪-口传播为主，被诺如病毒污染的水源、食物、物品等也可传播。容易在学校、托幼机构、医院、养老院等集体单位引起暴发，应做好防护。

健康提示

(1) 预防感染性腹泻，关键在于防止“病从口入”。使用肥皂或洗手液并用流动水洗手，不用污浊的毛巾擦手，饭前便后及接触脏东西后要洗手，避免脏手接触口、眼、鼻，勤换、勤洗、勤晒衣服和被褥。

(2) 保持良好的饮食习惯，不吃腐败变质的食物，喝开水不喝生水，不吃生冷不洁食物，生熟食品要分开。

(3) 及时清理患者呕吐物及排泄物，并做好环境消毒。

(4) 各类学校等集体单位一旦发现胃肠道症状病例异常增多时，应及时将患者送到医院诊治并报告当地卫生相关部门。

六、冬季其它呼吸道传染病

冬季是水痘、猩红热、流行性腮腺炎等呼吸道传染病高发季节，全省呼吸道传染病暴发疫情将明显增加，学校等集体单位为暴发疫情高风险场所。



健康提示

(1) 对有疫苗预防的传染病如水痘、流行性腮腺炎等，按相关要求及时和全程接种疫苗，提高自身免疫力。

(2) 养成良好的个人卫生和生活习惯，打喷嚏、咳嗽时注意用纸巾遮掩口鼻，避免飞沫传播。每天定时开窗通风数次，保持室内空气新鲜。

(3) 流行高峰期应避免去人群密集场所，特别是症状较轻的病人应及早到社区医院就诊，避免发生交叉感染，早期隔离，待痊愈后再返学返工。

(4) 学校及托幼机构应认真开展晨午检、缺课登记、通风消毒和疫情报告等工作，出现暴发疫情适时采取停课措施。

七、非职业性一氧化碳中毒

每年 10 月中旬到第二年的 3 月份为我省陕南地区使用火盆取暖的集中期，也是一氧化碳中毒的高发期。随着气温下降，进入 11 月份后发病会有明显升高。

健康提示

(1) 室内使用煤炉、炭火等取暖设备时，煤炭要烧尽，不要闷盖，煤炉要安装烟筒，严防漏气，要经常开窗通风换气，保持室内空气新鲜。

(2) 正确安装使用煤炉、炭火等取暖设备，定期检查炉具，维护和清扫烟筒、风斗，保持烟筒、风斗通畅。

(3) 使用天然气热水器时，不要密闭房间，要保持良好的通风。定期对燃气、煤气热水器减压阀和皮管进行检修，如发现有破损、锈蚀、漏气等问题时应及时更换。

(4) 不要躺在门窗紧闭、开着空调的汽车内睡觉，空调车在停驶时开空调切不可将车窗全部关闭。

(5) 如发现可疑患者，应迅速将患者移离中毒现场至通风处，松开衣领,注意保暖，密切观察意识状态，同时叫救护车，及时送往医院抢救。

