

如何预防夏季传染病？

进入夏季，气温升高，细菌、病毒和蚊虫逐渐活跃起来。在这个季节，有哪些常见的传染病？公众应该如何防范？

1. 夏季公众应注意防范哪些传染病？

答：目前，我省自春季以来的甲流传播已基本结束。新冠病毒感染和甲流同属呼吸道传染病，一年四季都可能发生。夏季一般通风更好、户外活动更多，相对冬春季，疫情大规模传播风险低。总体来看，新冠疫情目前仍处于局部散发状态，但阳性感染人数有所上升，仍然不能大意，还是要做好个人防护。

夏季传染病主要以肠道传染病为主，包括伤寒、菌痢、各种肠炎等。所谓肠道传染病，传播途径一般是“病从口入”。病人通过粪便、呕吐物，排出各种病原微生物，包括病毒、细菌等，污染了手、水、食品和食具、儿童玩具等，进入人体内而感染。也就是说，如果食物和饮水被污染，或食用不洁、未经煮熟的生冷食品，就有可能引发肠道传染病。夏季外出就餐时，如果生冷食品（包括凉拌菜、生食果蔬、海/水产品）不洁净，就可能导致肠道传染病，这方面要特别注意。

2. 个人应如何做好防范？

答：疫情期间我们养成的良好卫生习惯，戴口罩、勤洗手、常通风、用公筷、一米线等，还应该很好地坚持下去。比如勤洗手、保持手卫生，就可以有效地降低呼吸道和肠道传染病的发生。手是人体重要的器官，也是身体外部非常易脏的部位。当手接触到病菌后，再去触摸眼睛、鼻子或嘴巴等黏膜部位，细菌、病毒就会通过黏膜部位进入体内造成感染。

其实洗手也很有讲究。如果仅用流动水洗手，不用肥皂或洗手液，远远无法达到清洁效果。用盆水洗手，更会加快细菌滋生。应该按照“七步洗手法”，通过搓洗清除细菌。特别注意要擦干双手，让皮肤洁净干燥，不再适合细菌生存。如果洗手后不擦干，潮湿的环境有利于细菌生存，残留细菌很容易在手上再次繁衍。因此，洗完手后一定要擦干。

3. 当前，哪些情况下还需要戴口罩？

一是新型冠状病毒抗原或核酸检测阳性期间；

二是出现发热、咽痛、咳嗽、流涕、肌肉酸痛、乏力等疑似新型冠状病毒感染症状期间；

三是生活、工作或学习的社区、学校发生聚集性疫情时；

四是前往医疗机构就诊、陪诊、陪护、探视时；

五是外来人员进入养老机构、社会福利机构等脆弱人群集中场所时；

六是养老机构、社会福利机构及托幼机构、学校、校外培训机构等重点机构医护、餐饮、保洁、保安等公共服务人员工作期间。

在传播途径方面，有症状的 HRSV 感染者和无症状的隐性感染者都可传播病毒，通常通过以下途径传播：

一是接触传播，如鼻咽黏膜或眼黏膜接触到含病毒的分泌物或污染物；

二是飞沫和气溶胶传播，近距离接触患者咳嗽或打喷嚏等。

目前尚无呼吸道合胞病毒疫苗及确证有效的抗病毒药物。易感人群要注意勤洗手，避免用不洁净的手触摸眼、口、鼻，养成良好的个人卫生习惯，及时佩戴口罩，如去儿童医院等医疗机构就诊时，家长应注意做好儿童个人防护，防止院内交叉感染。