

各位家长:根据苏州市教育局提醒,本月进入流行性感冒和水痘的高发季节,请大家予以防范。

1. 流行性感冒风险等级高

流行性感冒潜伏期约为1~3天,急性起病,通常表现为高热、头痛、肌痛、乏力等中毒症状,可伴有咽痛、流涕等呼吸道症状。一月份恰逢元旦和春节,天气寒冷,人员流行性大,市民应加强流感防范。养成良好的个人卫生习惯,外出佩戴口罩;勤洗手,使用肥皂水或洗手液并用流动水洗手;打喷嚏或咳嗽时应用手帕或纸巾掩住口鼻,避免飞沫传染给他人;寒假及节日期间,避免在人群聚集的公共场所长时间滞留,必要时请佩戴口罩;可以接种流感疫苗预防。如出现流感样症状,应及时治疗与休息,待症状消失、体温正常后48小时方能返校或课外培训班上课。

2. 水痘风险等级中

水痘患者是唯一传染源,发病前1-2天至皮疹完全结痂为止均有传染性,主要通过呼吸道飞沫和直接接触传播,传染性强。水痘以发热及成批出现周身性红色斑丘疹、疱疹、痂疹为特征。

寒假少去人群密集且通风不畅的场所;双节期间切勿暴饮暴食,加强锻炼;注意个人卫生,勤洗手;加强通风,保持室内空气流通;强调早发现、早报告、早隔离,病人需隔离治疗不少于2周,待全部疱疹结痂后方可解除隔离;可适时接种水痘疫苗。