**常见秋冬季传染病防控指引**

**一、诺如病毒感染性腹泻防控指引**

1. 什么是诺如病毒感染性腹泻

 诺如病毒感染性腹泻是由诺如病毒引起的病毒性胃肠道疾病，常导致集体性暴发。潜伏期24～48小时，可短至12小时，长至72小时。起病突然，主要表现为发热、恶心、呕吐、腹部痉挛性疼痛及腹泻。大便为水样便，无粘液脓血，2小时内4～8次，持续12～60小时，一般48小时。儿童一般呕吐多见，而成年人腹泻症状更严重。可伴有头痛、肌痛、咽痛等症状。

1. 诺如治疗无特效，主要对症处理

 本病病程较短，一般为2～3天，病情多呈自限，不需用抗菌素, 以对症或支持治疗为主，预后良好。酌情选用：思密达、藿香正气等。脱水是诺如病毒感染性腹泻的主要死因，对严重病例尤其是幼儿及体弱者应及时输液或口服补液，以纠正脱水、酸中毒及电解质紊乱。

1. 日常预防措施

 诺如病毒感染性强，以粪-口途径传播为主，如水源、食物被污染可造成暴发流行，也可通过直接接触、气溶胶传播，常在学校、托幼机构、养老院、医院及社区等处引起集体暴发。

 （1）保持良好的饮食习惯和环境卫生。 不要进食未熟食物(如海鲜、沙拉类)，不吃变质、不洁、生冷、生腌食物；保持居室及环境的卫生，清除苍蝇、蟑螂的孳生地。

 （2）养成良好的个人卫生习惯，坚持勤洗手、勤剪指甲。进食或处理食物前，应用肥皂及清水洗净双手。不喝生水。处理食物或进食前，如厕后，以及处理呕吐物或粪便后须彻底洗净双手。

 （3）及时妥善处理病人的泻吐物和各种被污染的物品和场所。病人最好使用专用便器，大小便、呕吐物用干漂白粉（加入量为排泄物的1/3）搅拌均匀，放置1～2小时后倒入厕所。病人的衣服、床单、食具等可先煮沸消毒15～20分钟后再清洗。居室、地面、家具、器皿可用有效氯为1000mg/L的含氯消毒剂拖扫或擦拭消毒（10g消毒粉配1000ml水）。病人和家属需严格做好手卫生，饭前便后彻底洗手。必要时进行全面的卫生清洁，尤其对室内地板、桌椅、门把手、水龙头、衣物、被子等全面抹洗、曝晒。

 （4）出现呕吐、腹泻等胃肠症状的病人，应尽早告知班主任或辅导员，并及时到各医院的肠道门诊就诊，切勿上班（课）。

 （5）患者需立即停课、停工隔离(居家隔离)，病愈后72小时方可返校、返工。

 （6）在疫情流行期间，停止举办各种聚餐和集会等活动。

**二、流感防控指引**

1. 认识流感

 流行性感冒（简称流感）是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，流感主要通过打喷嚏和咳嗽等飞沫传播，也可经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。接触被病毒污染的物品也可引起感染。潜伏期一般为1-4日，患者可在发病前1天至发病后5-7天内感染他人。流感与普通感冒相比，症状更严重，传染性更强，抗生素治疗无效。

1. 临床表现及治疗

健康人患上流感后，一般会在1～2周内自行康复，症状包括突发高热、咳嗽、咽痛，常伴肌肉酸痛、乏力等；儿童还会出现腹泻、呕吐或眼结膜充血等。然而，免疫力较低人群（如儿童、老人、孕妇及有基础疾病者）一旦染上流感，则有可能发展为严重的疾病，并且可能出现支气管炎或肺炎等并发症，甚至死亡。

1. 日常预防措施

（1）均衡饮食、适量运动、休息充足，避免过度紧张。

（2）每日保持一定时间的开窗通风，加强室内空气流通。

（3）保持双手清洁，用正确方法洗手。

（4）打喷嚏或咳嗽时应掩住口鼻，妥善处理口鼻分泌物，之后应洗手。

（5）在流感高发季节，尽量避免前往人员密集而空气流通欠佳的公共场所。

（6）如出现流感症状时，应佩戴口罩，及早就医。

（7） 患者需立即停课、停工隔离(居家隔离)，热退后48小时方可返校、返工。

（8）在疫情流行期间，停止举办各种集会等活动。

（9）疫苗能安全有效地预防流感及其并发症，建议所有人士特别是婴幼儿、老年人、免疫力低下者或有基础疾患者接种流感疫苗以预防流感。

**三、水痘防控指引**

水痘是由水痘带状疱疹病毒初次感染引起的急性传染病。传染性强。传染源主要是病人，从出现皮疹前2日至出诊后6日具有传染性。传播途径主要是呼吸道飞沫、直接或间接接触性传染。患病初期可有发热、头痛、全身倦怠等前驱症状，在发病24小时内出现皮疹，皮疹分布呈向心性，即躯干、头部较多，四肢处较少。大部分情况下，病人症状都是轻微的，可不治自愈。