

诺如病毒高发季 做好预防是关键

近期,我省个别学校(含托幼机构)先后暴发了诺如病毒感染引起的急性胃肠炎疫情,影响了师生身体健康和学校正常的教学秩序。为此,广东省教育厅发出提醒,要求各地做好学校防控诺如病毒感染工作。

诺如病毒来势凶猛,然而很多人对它并不了解,也不知道该怎么预防。本期,笔者整理了关于诺如病毒的知识,一起来看看吧!

提醒 诺如病毒感染性腹泻高发

当前,我省已进入诺如病毒感染性腹泻的高发季节,学校(含托幼机构)发生诺如病毒感染性腹泻疫情的风险较大。广东省教育厅要求,各级教育行政部门和学校要充分认识诺如病毒感染的严重性,提高警惕。要坚持以预防为主,着重普及知识和技能,通过课堂教学、海报、黑板报、校园网、微信、校讯通、家长会等手段和形式加大宣传教育力度,尤其要加强个人卫生、食品饮用水安全等方面的宣传教育,增强师生和家长预防诺如病毒感染的意识,提高自我保护和应对的能力。

省教育厅同时要求,各级教育行政部门和学校近期要认真组织开展一次全校环境卫生、食品安全、饮用水安全等方面的检查和整治,确保食品、饮用水卫生安全,促进学校卫生工作规范化、制度化、科学化。及时储备足量的消毒药具。要认真落实学校传染病防控的各项制度,着重抓好“一案八制”的落实,包括学校突发公共卫生事件应急预案,传染病疫情及突发公共卫生事件的报告制度,学生晨检制度,因病缺勤登记、追踪制度,复课证明查验制度,学生健康管理制,查验接种证制度,传染病防控的健康教育制度,通风、消毒制度。严格落实好食堂卫生安全管理工作,尤其要严格落实食堂从业人员的晨午检制度、因病缺勤登记和病因追踪制度。

除防控诺如病毒感染外,2019年春季学期,我省学校(含托幼机构)还应关注水痘、流行性腮腺炎以及登革热疫情。



知多D

诺如病毒,一种既熟悉又陌生的病毒,近几年强势进入我们的视线,它有发病急、传播速度快等特点,目前正是诺如病毒感染高发期,60%-80%的冬季腹泻都因它而起,特别是学生更易感染!

实际上,诺如病毒并不是什么新型病毒,它很常见。一般在感染48小时内,患者会出现呕吐、腹泻等急性胃肠炎症状,但以呕吐症状更多见。

诺如病毒目前尚无疫苗可以预防,传染性较强,所有人群均易感。18-2800个病毒粒子就会使人感染。

病人在潜伏期即可在粪便中检出诺如病毒,排毒高峰在发病后2-5天,

据疾控专家介绍,虽然诺如病毒很容易感染人,但症状一般不会很重,而且病毒具有自限性,一般情况下无需特殊治疗,大部分患者1到3天就会好转。

感染了诺如病毒,最重要的是缓解不适的症状:

- ◆出现发烧症状,就吃药退烧;
- ◆腹泻,就让它泻一段并补水;

四、诺如病毒如何预防?

由于诺如病毒没有特效药、也没有相应的疫苗。所以,预防就很关键。如果家里有上幼儿园、上学的宝宝,更要格外小心。

中国疾控中心建议,预防最关键的是注意个人卫生、食品卫生和饮水卫生。

- ◆饭前便后,一定要勤洗手;
- ◆被呕吐物或粪便污染的物品,要及时用含氯漂白剂(比如“84”)清洗,对污染的床单衣物要彻底地清洗杀菌;
- ◆在家负责做饭的人,要注意生熟食物分开;
- ◆吃瓜果前,一定要洗净、去皮;
- ◆贝类等海产品则一定要煮熟煮透才能吃;
- ◆不喝生水;
- ◆要常常开窗,保持室内空气流通。

撰文/整理 刘浩华

一、什么是诺如病毒?

诺如病毒还有个非常厉害的名号:全球急性胃肠炎散发病例和暴发疫情的主要病原体。

诺如病毒感染者一次呕吐,就能有数以亿计的病毒排出患者的身体,只需要10~100个病毒粒子,就可以造成新一例的感染。有时在幼儿园或者小学里,一个小朋友因为感染病毒而呕吐了,即使老师立刻清理,也无法避免病毒传染开去,因为除了直接

接触以外,病毒还会以气溶胶的方式,漂浮到易感者那去造成新感染。

感染了病毒的人,对病毒也不会有长期的免疫力。因为病毒变异非常快,所以,有人每年都感染,甚至一年感染超过一次。

需要注意的是,诺如病毒的生存能力较强,能耐低温、耐酸,室温下在水、食物或环境中都能存活较长时间。

二、诺如病毒的传播途径你了解吗?

持续约2-3周。

诺如病毒可随病人的粪便、呕吐物排出,通过污染的食物、水传播,也可经接触病人排泄物和呕吐物,经污染的手、物体和用具传播,还可通过摄入粪

便或吸入呕吐物产生的气溶胶传播。

成都市疾病预防控制中心提醒,诺如病毒在密闭场所中(如托幼机构、幼儿园、学校、养老院、游船等)传播速度快,易引起暴发。

三、诺如病毒尚无疫苗、特效药! 感染诺如病毒后怎么办?

◆呕吐,就让它吐一会儿并补水。但是,要注意,补水也不是只是补白开水,而是需要服用补液盐,预防孩子脱水和电解质紊乱。上吐下泻一般胃口都不太好,饮食上也建议清淡点。如果孩子呕吐腹泻很严重,甚至开始出现唇干、囟门凹陷、精神很差或烦躁,还是应尽快就医。

值得注意的是,症状消失后的3天以内,病毒仍具有很强的传播力,因此,得病不要坚持上学上班。患者住所要经常开窗通风,保持室内空气流通;患者居家期间尽量不要和家人近距离接触;应使用自己独立的饮食用具等生活用品,而且要远离厨房,不要加工处理食物;最好能安排独立的厕所。

诺如病毒与食物中毒的区别点		
项目	诺如病毒感染	食物中毒
不同年龄的临床表现	成人腹泻为主 儿童呕吐为主	基本一致
大便性状	只水样便	还可能血样、脓血样便
医疗救治	往往不需要 (自限性)	往往需要
病程	2天~3天	视治疗而定
潜伏期范围	12小时~72小时	数分钟~10天不等
高发季节	10月~次年3月	一年四季均可发生 夏季发生较多
传播途径	还可通过密切接触、 气溶胶或经水传播	只通过食物
传染性	有传染性	无传染性
隔离管理	期限为无症状三天	不要求