

流行期警惕手足口病



四至六月进入上海市手足口病流行高峰期,这个时候更要谨防手足口病的发生,尤其是家有0-5岁的儿童更要提高警惕。

今年手足口病防治的健康教育的主题是“小朋友们齐参与,科学防控手足口”。那么我们要如何进行手足口病的预防呢?下面就来了解一下关于预防手足口病需要注意的六个问题。

手足口病是什么

手足口病是以手、足皮肤疱疹和口腔黏膜溃疡为主要临床特征的一种

传染病,主要侵犯儿童,四季均可发病,夏秋季多见。

得病后表现是什么

多数病人突然起病,部分患者初期有轻度上感症状,如咳嗽、流涕、恶心、呕吐等,主要表现为手、足、口腔等部位皮肤、黏膜出现斑丘疹及疱疹样损害。

具体特征有:病变主要侵犯手、足、口、臀四个部位(四部曲);疹子不像蚊虫咬、不像药物疹、不像口唇牙龈疱疹、不像水痘(四不像);疹子不痛、不痒、不结痂、不结疤(四不特征)。患

儿可由于口腔疱疹破溃时导致咀嚼疼痛,从而拒食、流涎。

手足口病是怎么传染给孩子的

患者、隐性感染者和无症状带毒者为该病的主要传染源。上述人群的唾液、疱疹液、粪便含有大量的病毒,可以污染手、毛巾、手帕、水杯、牙刷、玩具、食具以及床上用品、内衣等,通过日常接触可经口感染;接触或饮用被污染的水也可经口感染;门诊交互感染和口腔诊疗器械消毒不严格,也可传播手足口病;患者的分泌物中含有病毒,可通过咳嗽、喷嚏、谈话等造成经呼吸道传播。幼儿对各型病毒普遍易感,易感性随着年龄增长而降低。

孩子患病了该怎么办

请家长们不要惊慌,务必做到以下几点:

- 1.及时到正规医疗机构就诊;
- 2.随时注意观察孩子病情进展,如果出现持续高热、精神萎靡、心率加快、末梢循环不良等症状,则有可能转成重症,请家长们特别留意,随时复诊;
- 3.孩子患病后不要对幼儿园隐瞒病情,便于幼儿园采取消毒措施。患儿发病期间及症状消失后1周内不要上幼儿园,以免感染其他儿童。

后果严重吗

患病后一般在1~2周内自愈,不会留下后遗症。多数患者只需对症治疗;多喝水,多吃清淡易于消化的食物,口腔用淡盐水擦拭或漱口;极少数患者可有并发症,病情严重,危及生命。

怎么预防

对于患儿家长而言,应教育自己的孩子养成良好的个人卫生习惯(勤洗手,不喝生水,不食生、冷、不洁的食物等),在流行季节和地区尽量少到拥挤的公共场所,以减少孩子和患儿的接触,同时应做好孩子日常用品的清洁、消毒工作,以减少感染机会。

托幼机构还应做到加强晨午检,发现患儿及时送诊,并对儿童用品及玩具定期消毒,出现疫情后配合有关部门严格采取相关措施等。

预防手足口病请牢记:洗净手、喝开水、吃熟食、勤通风、晒衣服。

崇明区疾病预防控制中心

预防接种 守护生命

2018年是我国实施免疫规划政策40周年,4月25日是第33个全国儿童预防接种日,今年全国宣传主题是“预防接种,守护生命”。

很多家长都知道,孩子在出生后,可从母亲体内获得一定的抵抗传染病的能力。在六个月内,一般不容易患传染病,但六个月以后,这种抵抗力会逐渐减弱和消失,孩子就容易受一些疾病的侵袭。为了提高儿童抵抗传染病的能力,预防传染病的发生,就需要有计划地按时给儿童进行预防接种,

以保护儿童健康地成长。

而预防接种便是预防传染病的最经济、最简便、最有效的措施。通过对易感人群的免疫接种,可迅速提高人群的免疫水平,降低人群对相应疾病的易感性,同时具有减少和消除传染病的作用。即便是有病原微生物的传入,也不能在人群中引起流行。我国为此也出台了相应的法律、法规,以确保所有儿童均能得到有效全程接种,健康权益得到应有保障。通过疫苗接种,世界上影响了几代人健康的天花

已经被消灭,更多的传染病在实施疫苗接种后发病率大大降低。

预防接种后,家长担心孩子在接种疫苗后会出现不适,但是对绝大多数人而言,接种疫苗是安全的。不过疫苗毕竟是一种异物,部分儿童因个体差异会在接种部位发生红肿、疼痛、硬结等,或出现发热、全身不适、倦怠、食欲不振、乏力等症状,这些都是预防接种后的一般反应,症状轻微,多在1-2天内自行恢复,必要时就医。为减少不良反应的发生,儿童家长应该在接

种前了解接种疫苗的品种、作用、禁忌、不良反应以及注意事项;配合接种人员,提供儿童的健康状况并了解儿童的接种禁忌等情况;接种后,儿童要在接种门诊留观30分钟,一旦出现可疑反应可得到及时处理。

预防接种实行居住地管理,所以为了儿童的健康成长,请及时带孩子到居住地所在社区卫生服务中心接种门诊按要求接种各种疫苗,同时须妥善保管预防接种证,以备入学、入托时查验。 崇明区疾病预防控制中心

心理老化的几种常见原因

人的年龄有生理年龄、心理年龄之分,我们常把心理年龄先于生理年龄衰老的人称为“未老先衰”、“老气横秋”等。这是一种笼统的说法,究竟怎样的人属未老先衰,心理学家总结出心理衰老的几个早期信号,可帮我们正确地鉴别。

一、办事效率低

记忆力明显下降,好忘事,优柔寡断,缺少朝气,做一件事总磨磨蹭蹭,一拖再拖。

二、竞争意识退化

对事业没有创新思维,常感到空虚乏味,尤其是脑力劳动者,越来越感到力不从心。

三、自卑心理

一个人独处时,常常会长嘘短叹,与世无争,面对外面的精神世界,往往感到自己已经落伍了。

四、反应异常

一方面,有时候对人际关系特别敏感,总觉得家人及周围的人在与自己过不去,疑窦丛生;另一方面,有时想置身于众人之外,对发生在自己身边的事视而不见,反应冷漠。

五、固执己见

不管做什么事情,都想以自己为中心,按自己的意愿行事。

六、疏散懒惰,精神不振

常感到精力不支,好静恶躁,睡意绵绵,经常靠喝酒来强打精神。

七、情绪恍惚

喜欢沉湎于往事的回忆,感情脆弱,情绪“儿童化”,时冷时热,对那些没有什么价值的东西反应兴趣浓厚,喜欢唠叨,又不管他人爱听不爱听。 常识坊

2018年环崇明岛国际自盟女子公路世界巡回赛交通管制通告

由国际自行车联盟、国家体育总局、上海市人民政府主办,中国自行车运动协会、上海市体育局、上海市崇明区人民政府承办的2018年环崇明岛国际自盟女子公路世界巡回赛,将于4月26日至28日在崇明区举行。为确保赛事的安全、顺利进行,根据《中华人民共和国道路交通安全法》、《大型群众性活动安全管理条例》有关规定,对本市崇明区部分道路实行交通管制措施。现通告如下:

一、4月22日20时至4月28日24时,崇明大道(鼓浪屿路至江帆路)实施双向交通管制措施,禁止机动车和非机动车通行。

二、4月26日12时至4月27日12时,江南大道(凤凰公路至凤蓉路)实施双向交通管制措施,禁止机动车和非机动车通行。

三、4月26日12时至17时,鼓浪屿路(崇明大道至陈海公路)、陈海公路(港东公路至江口加油站)、三双公路(陈海公路至北沿公路)、北

沿公路(三双公路至合作公路)、合作公路(三双公路至合作公路)、合作公路(合作公路至北沿公路)、北沿公路(星村公路至陈海公路)、星村公路(北沿公路至白新公路)、白新公路(星村公路至北沿公路)、陈海公路(北沿公路至新建公路)、新建公路(陈海公路至三华公路)、三华公路(新建公路至明珠湖大门路口)、堡湖路(明珠湖门口至长江江堤)、长江江堤(堡湖路至白港公路)、白港公路(长江江堤至陈海公路)、陈海公路(白港公路至宏海公路小高桥)、宏海公路(陈海公路小高桥至陈海公路江口加油站)实施双向交通管制措施,禁止机动车和非机动车通行。

四、4月27日10时至16时,江南大道(丰福路至凤凰公路)、凤凰公路(江南大道至潘圆公路)、潘圆公路(凤凰公路至G40路口)、陈海公路(G40陈海收费口陈家镇下匝道至北陈公路)、东滩大道(北陈公路至崇旺路)、中滨路(裕鸿路至揽海路)、揽海路(中滨路至崇旺路)、崇旺路(揽海路至东滩大道)、裕鸿路(中滨路至安秀路)、安秀路(裕鸿路

至裕国路)、裕国路(安秀路至安崇路)、安崇路(裕国路至裕鸿路)、裕鸿路(安崇路至北陈公路)、北陈公路(裕鸿路至北沿公路)、北沿公路(北陈公路至汲浜公路)、汲浜公路(北沿公路至陈衍公路)、陈衍公路(汲浜公路至合五公路)、合五公路(陈衍公路至向堡公路)、向堡公路(合五公路至大通路)、大通路(向堡公路至团城公路)、团城公路(大通路至前竖公路)、前竖公路(团城公路至北沿公路)、北沿公路(前竖公路至平悦路)、平悦路(北沿公路至东冉路)、东冉路(平悦路至北沿公路)、北沿公路(东冉路至港东公路)、港东公路(北沿公路至陈海公路)、鼓浪屿路(陈海公路至崇明大道)实施双向交通管制措施,禁止机动车和非机动车通行。

10时至13时,G40沪陕高速上行线(高东收费口至陈海收费口)实施交通管制措施,禁止机动车和非机动车通行。

五、4月28日10时至16时,崇明大道(鼓浪屿路至宝岛路)、宝岛路(崇明大道至乔松路)、乔松路(宝岛

路至鼓浪屿路)、鼓浪屿路(乔松路至高岛路)、高岛路(鼓浪屿路至利民路)、西门路(利民路至北门路)、北门路(西门路至东门路)、一江山路(东门路至鼓浪屿路)实施双向交通管制措施,禁止机动车和非机动车通行。

六、交通管制期间进出城区的临时出入口为:乔松路/江帆路路口、鼓浪屿路/育麟桥路路口、高岛路/东引路路口、西门路/利民路口、北门路/八一路路口、北门路/东门路路口、一江山路/涓洲路路口。

七、持有2018年环崇明岛国际自盟女子公路世界巡回赛赛道车辆通行证的车辆及参加比赛的车辆准许进入上述交通管制道路。届时,市公安局及其交通管理部门将根据比赛现场情况视情提前或推迟交通管制时间,扩大或缩小交通管制范围,敬请广大市民事先做好出行安排,积极配合公安交通管理工作。

上海市公安局
2018年4月25日