

如何预防手足口病

周口市传染病医院感染科主任 贾威

手足口病是由肠道病毒引起的传染病，引发手足口病的肠道病毒有20多种(型)，其中以柯萨奇病毒A16型(Cox A16)和肠道病毒71型(EV 71)最为常见。四季均可发病，以春夏季节多见，多数患儿一周左右自愈，多发生于5岁以下儿童，潜伏期多为2~10天，平均3~5天，表现口痛、厌食、低热，手、足、口腔等部位出现小疱疹或小溃疡，在临床上本病以手、足、口腔疱疹为主要特征，故通称为手足口病。少数患儿可引起心肌炎、肺水肿、无菌性脑膜脑炎等并发症。个别重症患儿病情发展快，如不及时治疗可危及生命。但只要早发现、早治疗，是完全可防可治的。

病因

有多种肠道病毒可引起手足口病。最常见的是柯萨奇病毒A16型及肠道病毒71型。其感染途径包括消化道、呼吸道及接触传播。主要通过密切接触病人的粪便、疱疹液和呼吸道分泌物(如打喷嚏的飞沫等)及被污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具、餐具、奶瓶、床上用品等而感染。由于成人的免疫系统较完善，成人一旦感染一般不发病，也无任何症状。但感染后会传播病毒，因此成人也需要做好防护，避免传染给孩子。

临床表现

手足口病起病一般较急，患儿常有发热，体温38℃~40℃，热程多为4~7天。病初部分患儿多伴有流涕、咽痛、厌食、呕吐、腹泻等症状。手、足、臀部、背部、腿部红色斑丘疹，并迅速转为小疱疹，直径2~4mm，如米粒大小，呈圆形、椭圆形，周围有红晕，疱内液体较少，疼痛明显。口腔疱疹多分布在舌、颊黏膜、口唇、硬腭、咽、扁桃体等处，并很快变成小溃疡，患儿流涎(流口水)吃东西时痛，甚至影响进食。手足部较多，掌背面均有，有时在患儿臀部及肛周也可见到。皮疹数少则几个多则几十个，消退后不留痕迹，无色素沉着。部分病例皮疹表现不典型，如单一部位或仅表现为斑丘疹。多在一星期内痊愈，预后良好。

少数重症病例(尤其是小于3岁者)病情进展迅速，表现：高热、精神差、嗜睡、易惊、头痛、呕吐、谵妄甚至昏迷；肢体抖动，肌阵挛、眼球震颤、共济失调、眼球运动障碍；无力或急性弛缓性麻痹；惊厥。呼吸浅促、呼吸困难或节律改变，口唇发绀，咳嗽，咳白色、粉红色或血性泡沫样痰液；面色苍灰、皮肤花纹、四肢发凉，指(趾)



预防手足口病从洗手开始

发绀；出冷汗；心率增快或减慢，脉搏浅速或减弱甚至消失；血压升高或下降等，出现脑膜炎、脑炎(以脑干脑炎最为凶险)、脑脊髓炎、肺水肿、循环障碍等，极少数病例病情危重，可致死亡。存活病例可留有后遗症。

一旦出现上述可疑症状，有危重症可能，应立即送孩子到医院就诊。

预防

1.饭前便后、外出后要用肥皂或洗手液等给儿童洗手，不要让儿童喝生水、吃生冷食物，避免接触患病儿童。

2.看护人接触儿童前、替幼童更换尿布、

处理粪便后均要洗手，并妥善处理污物。

3.婴幼儿使用的奶瓶、奶嘴使用前后应充分清洗。

4.本病流行期间不宜带儿童到人群聚集、空气流通差的公共场所，注意保持家庭环境卫生，居室要经常通风，勤晒衣被。

5.每日对玩具、个人卫生用具、餐具等物品进行清洗消毒。

6.流行期可每天晨起检查孩子皮肤(主要是手心、脚心)和口腔有没有异常，注意孩子体温的变化。

7.儿童出现相关症状要及时到医疗机构

就诊。患儿不要接触其他儿童，一定要进行7天左右的隔离治疗，以免传染给别人。父母要及时对患儿的衣物进行晾晒或消毒，对患儿粪便及时进行消毒处理。轻症患儿不必住院，宜居家治疗、休息，以减少交叉感染。

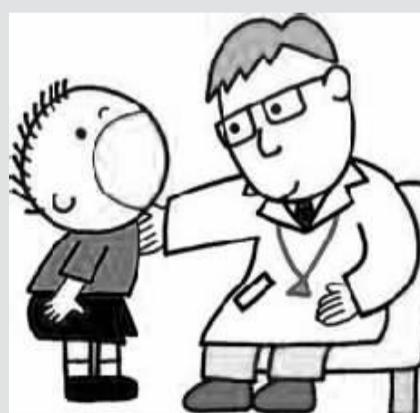
8.托幼单位每日进行晨检，发现可疑患儿时，采取及时送诊、居家休息的措施；对患儿所用的物品要立即进行消毒处理。

9.手足口病感染后由于不同病原型别感染后抗体缺乏交叉保护力，患过本病后如不注意预防，还会再患。手足口病可以由多种病毒引起，目前没有针对性的疫苗可以预防。



专家简介

贾威，男，主治医师，感染科主任，大学本科，学士学位，曾获省、市级艾滋病救治先进个人，发表学术论文数篇。自2002年工作以来，他始终从事感染性疾病治疗工作，在手足口病、麻疹、水痘、流行性腮腺炎、艾滋病、结核病、流行性脑炎、发热待查等感染性疾病救治诊疗过程中，具有丰富的临床经验及治疗水平。



周口市传染病医院 感染科简介

周口市传染病医院感染科成立于2004年，设标准化病房60张，医师共9名，其中副主任医师1名，主治医师2名，医师1名，护士10名。该科在感染性疾病方面有多年的经验，主要收治手足口、麻疹、水痘、流行性腮腺炎、艾滋病、结核病、流行性脑炎、发热待查等感染性疾病。在上述疾病的诊疗方面，该科具有丰富的临床经验和较强的技术力量，处于市内领先水平。科室始终坚持“以病人为中心”的服务理念，以一流的服务质量，精湛的医疗技术，为患者提供优质的服务。

科室联系电话:0394-8505987



“传染病救治”协办单位:周口市传染病医院

全市唯一经省卫生厅批准的传染病专科医院

全市肝病、结核病、艾滋病治疗定点医院

电话:8505911(肝病) 8505925(结核病) 8505987(艾滋病)

地址:周口市中州大道北段(市区乘4路车直达)