附件1

水痘的防控宣传要点

1. **水痘概述：**

水痘是由水痘——带状疱疹病毒所引起的急性呼吸道传染病，其中以冬春季为多。其传染性极强，一旦接触，90%以上会在1—3周内发病。潜伏期约为12～21 天，平均14天。

**二、水痘的传播途径**

病人为唯一传染源。 接触传染性极强，危害更为严重的是呼吸道分泌物经空气飞沫散播。

**三、临床症状** 在出疹前1~2日可有发烧、咳嗽、头痛、四肢酸痛或恶心、呕吐、腹痛等前驱症状。皮疹开始于躯干，然后发展到头皮、面部，四肢较少见。先有红色小丘疹，数小时后变成绿豆大小清澈透亮的小水疱，水疱周围绕以红晕，伴有瘙痒。数日后水疱从中央开始干瘪，形成脐样凹陷，之后干燥结痂，痂皮脱落即愈，病程大约2周。部分患者可有口腔、鼻咽等部位粘膜水疱、溃疡，伴疼痛。一旦在集体单位发现，常可迅速传播。

**四、水痘的预防措施**

（一）注意个人卫生。勤洗手，勤剪指甲；勤洗澡、勤换衣服、勤晒被褥；不随地吐痰。

（二）做好室内的环境卫生，并保持空气流通，每天至少通风三次，每次至少20分钟。或紫外线照射室内进行空气消毒。接触患者后彻底洗手。

（三）平时要积极参加体育锻炼，增强体质。

（四）膳食合理，多吃蔬菜水果，保证足够的营养，多喝白开水（每天约2000ml）。睡眠充足，不要熬夜。

（五）衣着适量，随气候增减，注意防寒保暖。

（六）尽量少到人员拥挤的公共场所。

（七）如有同学患上水痘，应尽早进行隔离治疗，隔离期应自出疹开始到出疹后6-14天，或隔离至全部水痘疱疹干燥结痂为止。凭相关康复证明返校参加正常的学习生活，以免疫情蔓延，影响学院的正常学习生活。

（八） 加强密切接触者医学观察，若有发烧、头痛或出现上呼吸道症状如咽喉疼痛等应及时就医。