

开学季 当心诺如病毒感染

□策划 张世彬 记者 张延 通讯员 郭胜军

新学期的大幕刚刚拉开十几天,一种隐形的“捣蛋鬼”病毒——诺如病毒,让家长的心又紧张了起来。这种专挑密集人群“搞事情”的病毒,会让感染者出现上吐下泻,恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛等症状。那么,诺如病毒有什么特点?家长们该如何做好预防措施?2月24日,记者采访了新乡市第二人民医院重症医学科主任医师涂博。



家长在咨询涂博诺如病毒的相关知识

诺如病毒的特点

“诺如病毒原名诺瓦克病毒,属于杯状病毒科,是引起急性胃肠炎的最主要病原体。”涂博介绍,诺如病毒传染能力强,感染剂量低,感染后潜伏期短,通常24小时~48小时即可发病。

诺如病毒排毒时间长,在发病后2周~3周仍然可以传播。诺如病毒只需要18个病毒粒子,就可以传染。一个人感染后,一次能排出数十亿个病毒。

诺如病毒传播途径多样。接触感染诺如病毒的病人,比如处理病人的呕吐物或排泄物,通过摄入粪便、呕吐物产生的气溶胶或间接接触被排泄物污染的环境传播,也可通过食

用和饮用被病毒污染的食物和水传播。诺如病毒没有疫苗、没有特效药,仅靠支持治疗,但它却能轻易让一所学校、一个公司,甚至一艘游轮的人群集体中招,传播速度快、防控难度大。

“虽然诺如病毒传播速度快,但它属于自限性疾病。”涂博说,人群感染诺如病毒后一般症状较轻,最常见的是腹泻和呕吐,其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛等。儿童以呕吐为主,成人则腹泻居多。多数患者发病后无需治疗,居家休息2天~3天即可康复,同时注意做好个人卫生防护,少数患者因出现严重并发症需要及时进行治疗。

感染诺如病毒怎么办

“此病目前没有特异的抗病毒药物,不需要使用抗生素。”涂博表示,诺如病毒感染为自限性疾病,一般1天~3天即可自愈。患者要补充足够

的水分以预防脱水,症状严重时需就医。轻度脱水时,可饮用不含咖啡因和酒精的运动饮料或其他饮品。严重脱水时,应及时住院输液治疗。

污染对象的消毒方法

根据《学校等重点场所诺如病毒感染防控消毒技术指南》,学校等重点场所发现诺如病毒感染患者后,及时用含氯漂白剂或其他有效消毒剂,清洗消毒被患者呕吐物或粪便污染的表面。

对患者呕吐物、排泄物等应使用含吸水成分的消毒粉或漂白粉完全覆盖,或能达到高水平消毒的消毒干巾完全覆盖,消毒至作用时间后,小心清除干净。

少量污染物可用一次性吸水材料(如纱布、抹布等)蘸取有效氯5000mg/L~10000mg/L的含氯消毒剂,完全覆盖,作用30分钟以上,小心清除干

净。清除过程中避免接触污染物,清理的污染物按医疗废物集中处置。患者尽量使用专用厕所或者专用便器,厕所、卫生间的拖把应专用。

地面、墙壁及物体表面有肉眼可见污染物时,应先清除污染物再消毒;无肉眼可见污染物时,可用有效氯1000mg/L的含氯消毒剂作用30分钟,或其他高水平消毒剂进行喷洒、擦拭或浸泡消毒。

总之,诺如病毒虽然传播途径多样,但只要家长和学校,掌握科学的防控方法就能让它“无处下手”。

集体单位如何防控

学校、托幼机构、养老院、工厂、建筑工地、游轮等集体单位或场所,是诺如病毒急性胃肠炎疫情高发的地方,应做到及时发现和规范管理病例。托幼机构和学校应做好学生健康管理,严格落实晨(午)检和因病缺勤登记查因等工作。企事业单位需要做好全体职工的健康监测,食堂和餐饮机构应加强因病缺勤统计工作,出现腹部不适的人员不能从事直接接触食物的工作。储备一定数量的漂白粉等含氯消毒剂和一次性口罩、手套等个人防护用品。

加强饮水和食品卫生的管理。提供安全饮用水,加强学校用水管网维护,做好饮用水水质检测,确保供水安全。做好食品原料和加工环节的监管,注意生熟食分开存放,彻底煮熟煮透,处理时砧板、菜刀等厨房用具分开使用。

托幼机构和学校对厨工、保育员健康状况监测,出现腹泻、呕吐、恶心等肠道传染病相关症状时,应立即暂停工作,及时就医,杜绝带病上班。制作食物和配餐过程中正确佩戴口罩和做好手卫生。

在学校、托幼机构和养老机构等人群聚集场所容易出现诺如病毒感染聚集性疫情,要按照《学校等重点场所诺如病毒感染防控消毒技术指南》要求,做好重点场所消毒工作。对学校、托幼机构等公共场所定期清洁与通风,对重点部位(如门把手、楼梯扶手、水龙头等)进行定期清洁与消毒,规范处理呕吐物和粪便并做好清洁消毒工作。

学校、托幼机构等集体单位可借助健康教育课、广播、黑板报等多种形式宣传肠道传染病防控知识,提醒学生、教职工等人员在外就餐时注意食品卫生安全。

