



# 警惕手足口病

本报记者 张添怡

随着秋季的到来,一些高发病开始抬头,手足口病就是其中一种。关于手足口病,我们需要了解哪些知识?作为家长又该如何预防?本期《求证》我们就邀请专家带大家一起了解。

## 本期专家

徐长喜:省疾控中心传染病预防控制所所长。

## 手足口病的临床表现

徐长喜:手足口病是由多种肠道病毒引起的儿童常见传染病,常见于学龄前儿童,尤其以3岁以下儿童发病率最高。潜伏期为2—10天,平均3—5天。通常病情较轻,呈自限性,预后良好,7—10天病程后可完全康复。多数患者以发热,口腔黏膜出现散在疱疹,手、足和臀部出现斑丘疹、疱疹为主要临床表现,可伴有咳嗽、流涕、食欲不振等症。部分病例仅表现为皮疹或疱疹性咽峡炎,个别病例可无皮疹或表现为大疱样改变。

少数重症患者可并发无菌性脑膜炎、脑炎、急性弛缓性麻痹、肺出血和心肌炎等,出现神经系统并发症,例如嗜睡、精神差,严重者会出现肢体抖动、呕吐,心跳、呼吸加快,出现全身性的多器官衰竭表现,危及生命。如出现以上疑似症状,需尽快前往医院,及时就医。

## 手足口病如何传播

徐长喜:患者、隐性感染者均为本病传染源,隐性感染比例较大。患者发病前数天咽部和粪便可检出病毒,发病后1周内传染性最强。手足口病传播途径多样且容易实现,主要

通过直接接触病人的粪便、疱疹液、鼻咽分泌物、唾液及接触被污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具、餐具、奶瓶等物品或环境而感染;还可经呼吸道,如咳嗽、打喷嚏等途径传播;饮用或食入被病毒污染的水和食物亦可感染。

## 病患儿的注意事项

徐长喜:健康监护。患儿居家隔离治疗期间,家长及看护人应密切观察病情,年龄3岁以下、病程3天以内和EV-A71感染为重症高风险因素。如出现持续高热,体温38.5℃以上超过3天、神经系统异常,出现精神萎靡不振、嗜睡、易惊、烦躁或肢体颤抖抽搐等,可能短期内进展为重症应立即送孩子到医院就诊。

居家消毒。每天清洁常接触的家具、玩具、地面等,每周用含氯消毒剂消毒1—2次。患者的分泌物、呕吐物或排泄物以及被其污染的物品或环境,清洁后要及用含氯消毒液进行擦拭或浸泡消毒,作用30分钟后,用清水擦拭或冲洗干净。

做好隔离。居家隔离时限为患儿全部症状消失后1周,在此期间患儿尽量避免外出,更不要去幼儿园和人群聚集的公共场所,避免与其他孩子接触玩耍。对与患儿共同居住的其他儿童应采取隔离措施。

## 手足口病的日常预防

徐长喜:接种手足口病疫苗。2015年底,我国自主研发的肠道病毒71型灭活疫苗(简称EV71疫苗)上市,EV71疫苗对接种者具有较好的保护效果,对EV71相关手足口病的保护效力在90%以上。为尽早获得免疫保护,建议满6月龄儿

童在12月龄前完成接种程序;对于5岁以上儿童,不推荐接种EV71疫苗。

由于引起手足口病的肠道病毒有多种,不同肠道病毒间无交叉保护,接种EV71疫苗只能预防EV-A71感染引起的手足口病及相关疾病,不能预防CV-A16、CV-A6和CV-A10等其他肠道病毒感染。因此,接种疫苗后仍有可能再次感染EV-A71之外的其他肠道病毒,但发生重症风险降低。

勤洗手。成人也有感染肠道病毒的可能,不过多数为无症状感染。所以在培养孩子饭前、便后、外出后用肥皂或者洗手液来消毒洗手习惯的同时,也需规范自身行为,在外出后、接触儿童前、为患儿更换尿布和沾有排泄物的衣物后,均需洗手。

注意饮食。不喝生水,不吃生食,剩菜剩饭需加热后食用。居家卫生。要注意幼儿的环境卫生,居室要经常通风。肠道病毒惧怕紫外线和高温消毒,所以勤晒衣被也是一项有效预防措施。

日常注意。在手足口病流行期间,不要带孩子去人群密集、空气流通较差的公共场所,更要避免接触患病的儿童。流行季节还应留心观察儿童的手、足、口、臀部等是否出现皮疹症状。

增强免疫力。在生活上,需要养成良好生活规律,要补充营养,适当的体育锻炼,增强体质。



持续关注本栏目,请扫描二维码,可获取更多内容。

## 简讯

### 法治宣传进校园

本报讯(董佳馨)近日,白城铁路运输法院青年干警队以法治副校长的身份,走进岭下镇四家子小学,开展“法治宣传进校园”普法活动,为孩子们送上“未成年人保护法专题课”。代朋超引用身边的案例,围绕修订后的未成年人保护法、预防未成年人犯罪法等法律,向师生进行讲解,用浅显易懂的语言告诉学生们如何用法律武器保护自己。他还邀请现场学生进行了分享交流,了解学生们对法律知识的需求,鼓励大家努力成为有志向、有梦想、爱学习的好学生。

### 着力增强学生安全用电意识

本报讯(吴冰)进入秋季天气多变,极易出现用电安全隐患,为确保校园用电安全,日前,国网松原供电公司运维人员走进辖区校园,对校园电力设施进行隐患排查,确保师生安全可靠用电。该公司运维人员对学校配电室、教室、办公室、食堂供电线路进行了“地毯式”排查整治。对排查出的线路、设备老化、插座、开关接触不良等用电隐患进行及时处理,确保用电“零”隐患。他们在学校公示栏、走廊等醒目位置张贴《安全用电宣传画》等宣传资料,增强同学们安全用电防范意识,营造了浓厚的校园安全用电氛围。截至日前,该公司共完成13所中小学、幼儿园的用电安全检查工作,发现并处理隐患18处,张贴各类安全用电宣传画130余张。该公司将持续加强与辖区内学校沟通联系,及时处理学校用电存在的问题,确保师生用电无忧。



近日,山东省乐陵市落实“双减”政策,各中小学校开设丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动等特色课后服务课程,丰富校园文化生活,促进学生德智体美劳全面发展。图为乐陵市朱集镇中心小学老师指导小学生上劳动实践课。

新华社发 李志军 摄

## “专递课堂”让城乡学生共享优质教育资源

本报讯(记者李文瑛)为促进信息技术与教育教学融合应用,积极推进“互联网+教育”发展,助力基础教育阶段教育公平,我省积极推进“专递课堂”“名师课堂”“名校网络课堂”三个课堂的建设及应用,打造高效品质课堂,实现教育资源共享。

日前,以吉林市船营区第十三小学为主讲端,船营区搜登站中心校为助讲端的“专递课堂”开课了。青年教师苏宛敏、魏羽分别展示了语文课《搭石》、美术

课《大树的故事》,虽是隔空传递,但两所学校学生参与度高涨。苏老师紧扣新课标设计教学活动,创设“招募校园审稿员”的情境,用“三次阅读”的教学方法,逐步提升学生的阅读理解能力。同学们分小组合作话搭石、摆搭石、走搭石实践活动,让学生回归文本,品悟文本,反复朗读中品味搭石的美好品质,使学生乐在其中。

魏羽老师运用学科融合,将小学二年级语文课中的大树知识转化成绘画技

巧,既浅显易懂又趣味十足。情境教学时时牵引着学生展开丰富的想象,集群体之智慧,生动演绎了一个“与众不同”的大树故事,一幅幅生动有趣、天真活泼、富有创新性的作品呈现在师生面前。生动有趣的教学方式调动了两个课堂学生的学习积极性,充分展现“专递课堂”对提升教育教学质量的重要性。“专递课堂”突破了时空限制,实现了即时互动,架起城乡学校教育的桥梁,让城乡学生实现了优质教育资源共享。

## 学好专业知识 发挥专业优势

本报讯(位梦一 记者张鹤 实习生王鹭)第十四届中国—东北亚博览会举行期间,吉林外国语大学英语、日语、韩语、蒙古语、俄语专业的112名志愿者在博览会上提供了翻译、接待等志愿服务工作。这也是吉外连续十四届承担起东北亚博览会志愿服务工作,目前,学校已累计组织派遣志愿者1500余名,提供了超过9万小时的志愿服务。

历时5天的活动,也给志愿者们留下了深刻印象,他们在提供接待、翻译等服务的同时,也对自身的专业学习和未来发展,特别是对志愿服务工作的理解和认识,有了更深入的发展和收获。专业能力需要在实践中检验。

“翻译专业的学习与实践必须紧密相连,只有在实践中不断检验自己,专业水平才能持续提高。”高级翻译学院日语笔译专业硕士研究生张宇航有感而发。这是张宇航第一次参与大型的国际性志愿服务活动,几天时间他陪同参会嘉宾们,参加了中日经济合作论坛、中国—东北亚法律论坛等活动,出色地完成了陪同翻译的任务。

继2023年中俄青少年冬季运动会志愿活动后,俄语2002班尹翔第二次担任了俄语专业志愿者领队。“上次的志

愿活动给我留下了深刻印象,对我的外语学习和职业生涯规划都产生了深远影响。”尹翔表示,有了上一次的实践经验,这次明显感觉自己在心态、能力、经验上都准备得更充分了,也能更有自信地去应对每一项工作任务所带来的挑战。

相较于从书本或课堂上的学习,在志愿服务活动中“真刀真枪”的翻译工作,使得俄语2002班的康从喜感到喜忧参半。喜的是,自己可以通过实践来检验自身的专业水平;忧的是,担心自己无法胜任岗位要求。“虽然学的是俄语专业,但当真正和俄罗斯人打交道的时候,我的心里还是十分忐忑,怕自己沟通不好。”为了更好地与外国友人交流、顺利帮助他们在参会期间完成各项内容,康从喜不断告诫自己要克服紧张情绪,尽快适应工作节奏,遇到问题他也会及时向老师和同学们请教,最终顺利完成了各项任务。

担任东北亚博览会青年发展论坛韩语翻译志愿者的日语2101实验班徐恺彤坦言,这项任务对自己来说是个很大的挑战。展会中的翻译工作难度很高,需要快速作出反应,第一次面对如此正式的场合,还是有些紧张,但在同组其他志愿者的鼓励下,她越发自信,最终和队员们通力协作,顺利

完成了活动期间的全部翻译工作。

“展会期间,除了做俄罗斯参展商的随行翻译,我还帮助装饰展台、协助进行业务洽谈等工作。虽然忙碌,但这是一次特别的体验。我不仅学会了許多俄语日常口语,了解到俄罗斯人的工作和生活习惯,还接触到一些企业工作人员,为我今后从事外贸工作积攒了经验。”俄语2003班的姚君怡兴奋地说。

日语2002班的康佳宁主要是为参展商提供翻译服务。她说:“志愿服务是奉献社会,服务他人的一种方式,是传递爱心、友好交流、增进友谊的过程。我要继续参与到更多活动中,不断提高自己。”

商务英语2103班王楠主要负责参展营销额的统计和展销行为督查等工作。在志愿服务过程中,王楠不仅体会到吉林省的飞速发展,也见证了东北亚各国、各地区之间的友好经贸往来,使其更加坚定了学好专业知识、发挥专业本领,在实践中锤炼意志,为吉林发展作贡献。”

## “五优”服务进校园活动启幕

本报讯(记者张鹤 实习生王鹭)为抢抓先机,“预定”优质高校毕业生人才,日前,长春市百万大学生留长工程——“五优”服务进校园秋季系列活动正式启幕。

首场双选会在长春理工大学举行,109家参会企业共发布就业岗位2468个,入场大学生达到2800余人。经过一上午的交流洽谈,企业共收到学生投递简历2586份(次)。此外,长春人才网抖音直播带岗2000余个,观看量达到2.2万人次。

本次活动紧密结合企业用工和高校毕业生就业需求,由长春市龙头企业、独角兽企业领衔,重点产业企业汇聚一堂,涵盖光电信息、生物医药、装备制造、农产品加工、汽车、新能源等众多领域,为学生们提供了电子工程师、电气技术员、机械设计工程师、生物药剂剂开发、分子构建研究员等优质就业岗位。现场还特别设立了3转产业招聘区、4强产业招聘区、7新兴产业招聘区三个区域,不同产业分区招聘,求职学生按专业、兴趣瞄准企业,实现了为毕业生精准推送岗位。

接下来,长春市人才服务局将紧抓秋季招聘黄金期,打造综合型校园招聘、精准型院系对接、系统型域外招聘相结合的“三位一体”式校园招聘新模式,预计在9月至12月,陆续举行相关招聘活动60场。

## “全国名中医健康行”走进三佳社区

本报讯(记者张添怡)近日,省卫生健康信息中心、长春新区新时代文明实践中心、长春新区卫生健康局、长春市中医医院赵继福全国名中医传承工作室等部门联合举办了“奉献社会 引领文明——全国名中医社区健康行”活动。

活动当天,第二届全国名中医赵继福教授带领工作室成员走进长春新区高新区飞跃街道三佳社区,现场为百余名患者把脉问诊,开具药方。赵继福全国名中医传承工作室是由国家中医药管理局批准成立的,累计培养了数十名中医骨干人才。多年来,赵继福教授率领团队成员专注于公益事业,多次到长春、延边、白山等地开展义诊、讲座等活动。

入秋之后,燥气当令。“要充分利用睡眠来调养身体,保持作息规律、早睡早起,多吃滋阴润燥的食物,如百合、山药、银耳等,同时注意保暖,适当锻炼。”赵继福教授现场指导居民应对秋燥症。

在现场,记者看到省卫生健康信息中心工作人员为居民演示电子居民健康卡激活和使用方法,指导群众查看自己的检查检验报告等各种惠民功能。据了解,目前我省区域全民健康信息平台已汇聚了全省138家二级及以上公立医疗机构以及所有乡镇卫生院、社区卫生服务中心和村卫生室的医疗健康数据,整合形成了4045万份个人电子健康档案。市民通过电子居民健康卡等公众号、小程序,可以一键查到自己在不同医疗机构的检查检验报告、电子健康档案等。